MAITREYA MAGAZINE

1

jaargang 15 1993

losse nummers *f* 6,50

TIBETAANS BOEDDHISME

DALAI LAMA OVER BEWUSTZIJN

GENEZEN VOLGENS BOEDDHISME

DE BETEKENIS VAN TANTRA

INHOUD

HET BOEDDHISME OVER BEWUSTZIJN
door Z.H. de Dalai Lama 3

GENEZEN IN BOEDDHISTISCH PERSPECTIEF
door Gelong Pende Hawter 8

ARYADEVA
door prof. Robert Thurman 13

DE BETEKENIS VAN TANTRA
door Ngawang Gelek Rinpochee 16

ADVIES VAN GESHE SONAM GYALTSEN TIJDENS DE STUDENTENVERGADERING VAN 21 FEBRUARI
door Geshe Sonam Gyaltsen 20

TIBETNIEUWS
door Paula de Wijs Koolkin 26

GEDICHT 28

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN 29

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 30

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1993 31

LEZINGEN OVERAL IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN 34

INFO STICHTING MAITREYA INSTITUUT 35

©
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

VOORWOORD

Nadat Geshe Sonam Gyaltsen het winterreces bij zijn studenten in Frankfurt had doorgebracht, opende hij eind januari het nieuwe cursusjaar met het goed bezochte weekend over meditatie en motivatie.

De cursus boeddhistische psychologie (Lo Rig), het eerste onderdeel van het 3-jarig studieprogramma, wordt goed bezocht. Veel van de studenten zeggen dat de cursus hun begrip over hun eigen geest vergroot. Over de boeddhistische visie op het bewustzijn brengen wij in dit nummer een artikel door Z.H. de Dalai Lama.

Dat het Maitreya Instituut nog altijd geleid wordt door Lama Thubten Zopa Rinpochee, bleek in februari uit een paar verrassende ingrepen die hij in de samenstelling van het bestuur doorvoerde. Paula de Wijs-Koolkin, die sedert de oprichting in 1978 center director was, werd opgevolgd door April Elzenga. Penningmeester Jan-Paul Kool, die de ontwikkeling en groei van het Maitreya Instituut van het begin af aan organiseerde en financieel begeleidde, werd opgevolgd door Arjan Korevaar. De redactie van het Maitreya Magazine dankt beiden voor hun leiderschap en spreekt de hoop uit dat zij een bijdrage blijven leveren aan het Instituut.

Opvallend is dat Lama Zopa Rinpochee in zijn faxen, Geshela in zijn rede tijdens de studentenvergadering van 21 februari, en Dagpo Rinpochee tijdens zijn Avalokiteshvara Initiatie, op de verantwoordelijkheid wijzen die alle studenten hebben voor het voortbestaan van het M.I.

In dit nummer presenteren wij onder meer de rede van Geshe Sonam Gyaltsen, waarin hij alle studenten oproept tolerant te zijn wanneer fouten gemaakt worden, zoveel mogelijk steentjes bij te dragen aan het Maitreya Instituut en het als een tweede thuis te beschouwen. Een oproep om ter harte te nemen.

Veel leesgenot en tot ziens op de cursussen in het Maitreya Instituut of op de lezingen bij u in de buurt.

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

DE BOEDDHISTISCHE OPVATTING OVER BEWUSTZIJN

J.P. Kool

Z.H. de Dalai Lama

DE STUDIE VAN DE GEEST MAAKT EEN BELANGRIJK ONDERDEEL UIT VAN DE BOEDDHISTISCHE LEVENSLEER. HOEWEL EFFECTEN VAN GEESTELIJKE ACTIVITEIT OP HET ZENUWSTELSEL, DE HERSENEN EN DE SUBTIELE ENERGIEËN MEETBAAR ZIJN, IS DE GEEST ZELF NIET MEETBAAR. VANWEGE DE NIET-STOFFELIJKE NATUUR VAN DE GEEST HEEFT HET BOEDDHISME EEN AANTAL TECHNIEKEN ONTWIKKELD DIE MET BEHULP VAN BETROUWBARE REDENERING HELDERHEID VERSCHAFFEN OMTRENT HET (VOOR ZINTUIGLIJKE WAARNEMING EN METINGEN) VERBORGEN VERSCHIJNSEL GEEST. DAAR DEZE VORM VAN KENNISVERWERVING NOODZAKELIJK SUBJECTIEF IS, WERD ZIJ IN DE WESTERSE WETENSCHAP TOT VOOR KORT NIET ERKEND. KAN DE KENNIS VAN OOSTERSE WIJZEN ONS HELPEN HET MYSTERIE GEEST TE BEGRIJPEN? ONDERSTAAND ARTIKEL VAN DE HAND VAN Z.H. DE DALAI LAMA, IS HET EERSTE HOOFDSTUK VAN 'MIND SCIENCE, AN EAST WEST DIALOGUE', GEPUBLICEERD DOOR WISDOM PUBLICATIONS.

Ik wil hier graag een korte uitleg geven over enkele van de basisideeën over de geest of het bewustzijn, die het boeddhisme presenteert. (Bewustzijn en geest worden in dit artikel gebruikt als synoniemen). Verder zal ik enkele van de technieken uitleggen die in het boeddhisme worden gehanteerd om de geest te trainen. Het voornaamste doel van deze methoden en technieken is het bereiken van 'de verlichting'. Men kan ze echter ook toepassen voor het bereiken van wereldse voordelen zoals een goede gezondheid.

Door ontmoetingen met vele mensen met verschillende religieuze en culturele achtergronden (waaronder wetenschappers en radicale materialisten) heb ik ontdekt dat er mensen zijn die het bestaan van bewustzijn zelfs ontkennen. Dit heeft mij tot de overtuiging gebracht dat het boeddhisme een brug zou kunnen slaan tussen radicale materialisten en religie, aangezien algemeen aanvaard wordt dat het boeddhisme tot geen van beide stromingen behoort. Vanuit de radicaal materialistische zienswijze wordt het boeddhisme gezien als een ideologie die het bestaan van bewustzijn accepteert en dus een geloofssysteem is; net als alle andere religies. Aangezien het boeddhisme echter het concept van een Schepper God niet accepteert en daarvoor in de plaats de nadruk legt op zelfvertrouwen en de eigen

kracht en het eigen potentieel van het individu, wordt het door andere religies gezien als een soort atheïsme. Aangezien geen der partijen het boeddhisme inlijft bij het eigen kamp, geeft dit het boeddhisme de gelegenheid een brug te slaan tussen deze beide kampen.

Om te beginnen wil ik een kort verslag geven van de boeddhistische gedachte en beoefening zoals die in het algemeen wordt toegepast, zowel binnen de Theravada als de Mahayana tradities. Een heel opvallend kenmerk binnen het boeddhisme is het element van geloof en devotie. Dat wordt vooral duidelijk in de beoefening die bekend staat als: "het nemen van toevlucht in de Drie Juwelen"; de Boeddha, de Dharma en de Sangha. Om goed te kunnen begrijpen welke rol geloof en devotie spelen in deze beoefening, wordt de nadruk gelegd op een goed inzicht in de natuur van het Pad waarin toevlucht wordt genomen. Deze wordt 'Dharma' of 'het Pad van de Boeddha' genoemd.

We kunnen inzien waarom de nadruk wordt gelegd op het eerst leren kennen van de natuur van het Pad of Dharma door te onderzoeken hoe we ons normaal verhouden tot iemand die we als een grote autoriteit op een bepaald gebied beschouwen. We beschouwen iemand niet als een autoriteit, simpelweg omdat hij beroemd is, een goede positie of macht heeft, er goed uitziet of erg rijk is enz., maar omdat we vinden dat hetgeen hij te zeggen heeft over onderwerpen betreffende zijn vakgebied overtuigend en betrouwbaar is. Kortom, in het algemeen beschouwen we een persoon niet als autoriteit op een bepaald gebied omdat we toevallig respect en bewondering voor hem hebben als persoon.

Op dezelfde manier beschouwen we in het boeddhisme de Boeddha als een autoriteit, een betrouwbare leraar, op basis van grondig onderzoek en analyse van zijn voornaamste lering over de Vier Edele Waarheden. Pas nadat we de geldigheid en betrouwbaarheid van deze leer grondig hebben onderzocht en bevestigd, accepteren we de Boeddha - die deze Leer heeft gesticht - als een betrouwbare gids.
Om de diepere aspecten van de Vier Edele Waarheden - de voornaamste doctrine van het boeddhisme - grondig te begrijpen is het van doorslaggevend belang 'de twee waarheden' te leren kennen.

J.P. Kool

Z.H. de Dalai Lama

Deze twee waarheden verwijzen naar de fundamentele boeddhistische filosofische zienswijze dat er twee niveaus van werkelijkheid bestaan.

Eén niveau is het niveau van de ervaring van de fenomenen; het relatieve niveau dat aan ons verschijnt. Op dit niveau kunnen functies als oorzaken en omstandigheden, namen en benoemingen enzovoort op een geldige wijze worden begrepen.
Het andere niveau is een dieper niveau van bestaan, voorbij het andere niveau. Dit niveau wordt door boeddhistische filosofen beschreven als de fundamentele of uiteindelijke natuur van de werkelijkheid. Met een technische term wordt dit vaak aangeduid als 'leegte'.

Wanneer boeddhistische denkers de uiteindelijke natuur van de werkelijkheid onderzoeken, nemen ze de woorden van de Boeddha niet als de uiteindelijke autoriteit, maar als een sleutel die hun eigen inzichten kan openen. De uiteindelijke autoriteit moet immers altijd binnen de eigen rede en kritische analyse van het individu zelf liggen.
Dit is de reden waarom we in de boeddhistische literatuur verschillende ideeën van de werkelijkheid vinden. Deze zijn gebaseerd op de verschillende niveau's van inzicht in de uiteindelijke werkelijkheid.

In de Soetra's, - de verzamelde werken met de oorspronkelijke leringen van de Boeddha - zegt de Boeddha zelf dat zijn woorden niet moeten worden geaccepteerd, simpelweg uit respect of beleefdheid voor hem, maar dat ze goed moeten worden onderzocht op hun geldigheid. De vergelijking wordt getrokken met een goudsmid die goud wil kopen en de kwaliteit en zuiverheid van het goud eerst grondig onderzoekt door het aan verschillende testen te onderwerpen. Op dezelfde wijze zouden wij de woorden van de Boeddha moeten onderzoeken en alleen als we door middel van onze eigen redeneringen en inzichten tot de conclusie zijn gekomen dat ze betrouwbaar en overtuigend zijn, zouden we hun geldigheid moeten accepteren.

Een ander terrein waar het element van geloof en devotie een duidelijke en beslissende rol speelt is de beoefening van de boeddhistische Tantra. Zelfs hier zal zorgvuldig onderzoek moeten aantonen dat het hele systeem van tantrische beoefening gebaseerd is op het begrijpen van de

uiteindelijke natuur van de werkelijkheid. Zonder dit begrip kan men zelfs niet eens beginnen aan een oprechte beoefening van Tantra. In essentie zijn redenering en inzicht dus fundamenteel in de boeddhistische benadering van zowel de theoretische als de praktische niveaus.

Eén van de belangrijkste zienswijzen binnen het boeddhisme is het principe van het "onderling afhankelijk ontstaan". Deze gaat uit van het paradigma dat alle fenomenen - zowel de subjectieve ervaringen als de uiterlijke objecten - ontstaan in onderlinge afhankelijkheid, afhankelijk van oorzaken en omstandigheden; niets komt zonder oorzaak tot stand.
Vanuit dit paradigma wordt het van doorslaggevend belang inzicht in oorzakelijkheid te verwerven en de typologie van oorzaken te leren kennen. In de boeddhistische literatuur worden twee hoofdcategorieën van oorzakelijkheid genoemd:

a) uiterlijke oorzaken in de vorm van fysieke objecten en processen.
b) innerlijke oorzaken, de cognitieve en mentale processen.

Een goed begrip van beide soorten oorzakelijkheid is binnen de boeddhistische theorie en praktijk zo belangrijk omdat het direct te maken heeft met de gevoelens van pijn en plezier van voelende wezens en alle andere ervaringen die hun leven domineren. Deze komen niet alleen voort uit innerlijke mechanismen, maar ook uit uiterlijke oorzaken en omstandigheden. Vandaar dat het van doorslaggevend belang is niet alleen de innerlijke werking van mentale en cognitieve oorzakelijkheid te begrijpen, maar ook hun relatie tot de uiterlijke materiële wereld.

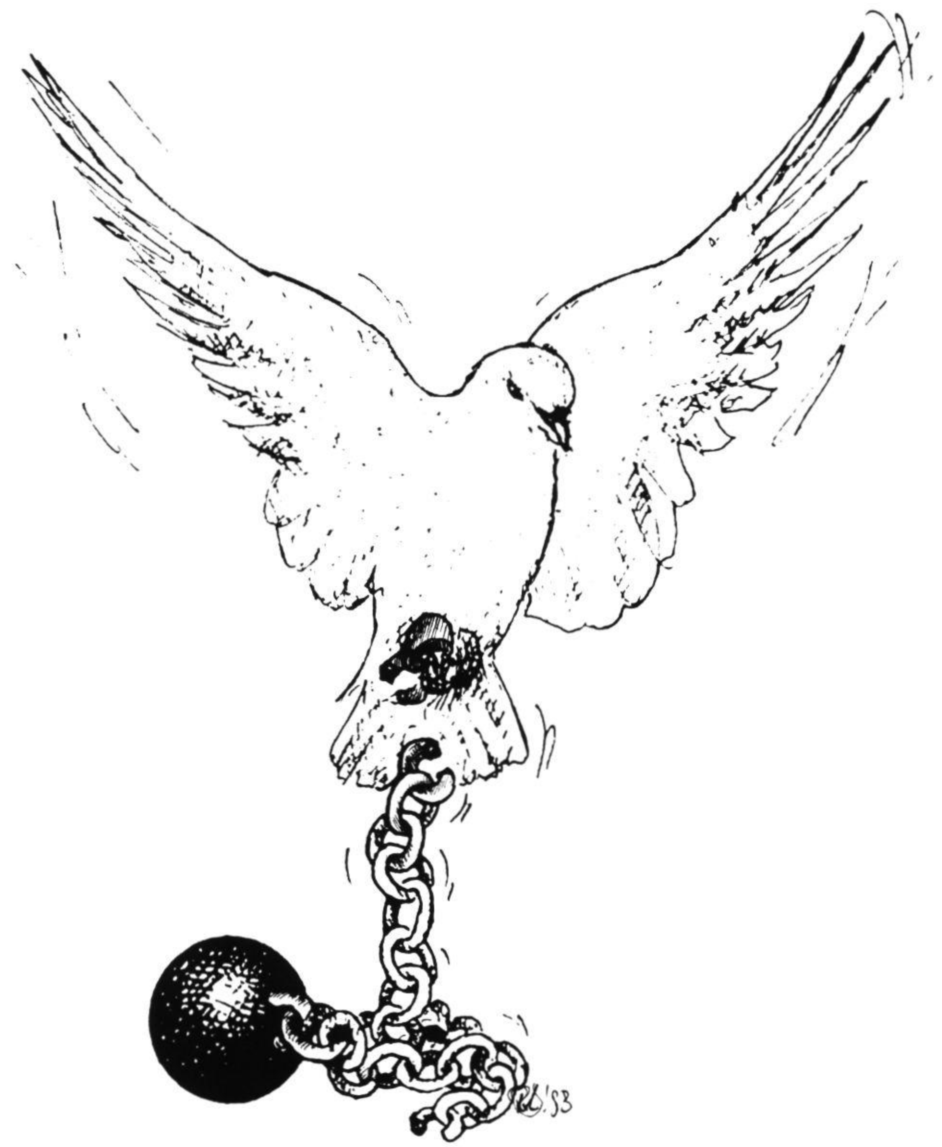
We weten dat onze innerlijke ervaringen van plezier en pijn de natuur hebben van subjectieve mentale, cognitieve processen. De probleemstelling hoe deze innerlijke subjectieve gebeurtenissen in relatie staan tot uiterlijke omstandigheden en de materiële wereld is echter moeilijker op te lossen.

De vraag of er überhaupt een uiterlijke fysieke realiteit bestaat, onafhankelijk van het bewustzijn van voelende wezens, wordt uitgebreid bediscussieerd door boeddhistische denkers. Natuurlijk zijn er verschillen van inzicht omtrent dit onderwerp onder de verschillende filosofische scholen. Eén van deze scholen poneert de stelling dat er geen externe realiteit bestaat (zelfs geen uiterlijke objecten) en dat de materiële wereld die we waarnemen in essentie louter een projectie is van onze eigen geest. Deze conclusie is van verschillende standpunten uit bezien vrij extreem. Filosofisch en conceptueel lijkt het coherenter om een positie in te nemen die niet alleen de realiteit van de subjectieve ervaringen van de geest erkent, maar ook het bestaan van uiterlijke objecten in een fysieke wereld.
Wanneer we de oorsprong van onze innerlijke ervaringen en de uiterlijke wereld onderzoeken, ontdekken we dat er een fundamentele overeenkomst is in de natuur van hun bestaan. Beide worden geregeerd door het principe van oorzakelijkheid. Net zoals in de innerlijke wereld van mentale en cognitieve processen ieder ervaringsmoment voortkomt uit de daaraan voorafgaande bewustzijnsstroom of continuüm - ad infinitum - zo moet ook ieder object en gebeurtenis in de fysieke wereld een voorafgaand continuüm hebben dat dient als zijn oorzaak, vanwaaruit het huidige moment van uiterlijke materie in bestaan komt.

J.P. Kool
Z.H. de Dalai Lama

In bepaalde boeddhistische literatuur wordt gesteld dat de macroscopische wereld van onze fysieke realiteit, in termen van de oorsprong van diens continuüm, uiteindelijk teruggevoerd kan worden tot een oorspronkelijke staat waarin alle materie is geconcentreerd in zogenoemde 'lege deeltjes'. Indien alle fysieke materie van ons macroscopisch universum teruggevoerd kan worden tot een oorspronkelijke staat van lege deeltjes, rijst de vraag hoe deze deeltjes later op elkaar inwerken en zich ontwikkelen tot een macroscopische wereld, welke een directe invloed kan hebben op de innerlijke ervaringen van plezier en pijn die alle voelende wezens ondergaan. Om hierop een antwoord te geven beroepen boeddhisten zich op de doctrine van karma; de onzichtbare werkingen van acties en hun gevolgen, die een verklaring geeft hoe deze levenloze lege deeltjes (ruimtedeeltjes) zich ontwikkelen tot verschillende verschijningsvormen. De onzichtbare werkingen van acties of karmische kracht (karma betekent activiteit) zijn nauw verbonden met de motivatie in de menselijke geest die tot deze activiteiten overgaat. Om deze reden is een goed begrip van de natuur van het bewustzijn en de rol die het bewustzijn speelt van essentieel belang om inzicht te krijgen in de

menselijke ervaring en de relatie tussen geest en materie. Vanuit onze eigen ervaring kunnen we waarnemen dat onze geestesgesteldheid een essentiële rol speelt in onze dagelijkse ervaringen en ons lichamelijk en geestelijk welzijn. Als iemand een kalme en stabiele geest heeft, beïnvloedt dat zijn of haar houding en gedrag tegenover anderen. Met andere woorden, als iemand kalm, rustig en vredig blijft, kunnen uiterlijke omgevingen en omstandigheden hem of haar slechts licht verstoren. Voor iemand met een onrustige geest is het zeer moeilijk kalm of vreugdevol te zijn, zelfs wanneer hij of zij omringd wordt door de best denkbare omstandigheden en vrienden. Dit geeft aan dat onze mentale houding een doorslaggevende factor is bij het bepalen van onze ervaringen van vreugde en geluk en dus ook van onze gezondheid.



Samenvattend: er zijn twee redenen waarom het belangrijk is de natuur van de geest te begrijpen. Ten eerste omdat er een intieme relatie bestaat tussen geest en karma. Ten tweede omdat onze geestesgesteldheid een beslissende rol speelt in onze ervaring van geluk en lijden. Als een goed begrip van het bewustzijn zo belangrijk is, wat is dan bewustzijn en wat is haar natuur?

In de boeddhistische literatuur, in zowel de Soetra's als de Tantra's, treffen we een uitgebreide discussie aan over de geest en haar natuur. Met name in de Tantra's worden de verschillende niveaus van subtiliteit van geest en bewustzijn besproken. In de Soetra's wordt niet zoveel gesproken over de relatie tussen de verschillende geestesgesteldheden en hun corresponderende fysiologische processen. De Tantrische literatuur daarentegen staat vol met verwijzingen naar de verscheidene subtiliteiten van niveaus van bewustzijn en hun relatie tot fysiologische processen zoals de centra van vitale energie in het lichaam, de energiekanalen (meridianen), de energiën die in deze kanalen stromen enz.. In de Tantra's wordt ook uitgelegd hoe men verschillende bewustzijnsstaten kan beïnvloeden door het manipuleren van verscheidene fysiologische factoren met behulp van specifieke meditatieve yogische beoefeningen.

Volgens de Tantra's is de uiteindelijke natuur van de geest in essentie zuiver. Deze oorspronkelijke natuur wordt met een technische term aangeduid als 'helder licht'. De verscheidene verstorende emoties als begeerte, haat en jaloezie zijn producten van conditionering. Het zijn geen inherente kwaliteiten van de geest, omdat de geest van deze verstorende emoties gezuiverd kan worden. Indien deze helder-licht natuur van de geest haar ware essentie niet tot uitdrukking kan brengen, maar door conditionering van de verstorende gedachten en emoties is versluierd, is de persoon gevangen in het cyclische bestaan; 'samsara'. Wanneer het individu, door het toepassen van de juiste meditatieve technieken en beoefeningen in staat is deze helder-licht natuur van de geest volledig te ervaren, vrij van de invloed en conditionering van de verstorende emoties, is hij of zij op weg naar ware bevrijding en volledige verlichting.

Vanuit boeddhistisch standpunt gezien, hangen zowel slavernij als ware vrijheid af van de verschillende toestanden van deze geest van helder-licht. Het resultaat dat beoefenaars van meditatie met het toepassen van de verschillende meditatie-technieken proberen te

bereiken, is een staat waarin deze uiteindelijke helder-licht natuur van de geest heel haar tot ontwikkeling gebrachte, positieve potentieel manifesteert. Dit wordt 'de verlichting' of 'boeddhaschap' genoemd. Vandaar dat in de context van spiritueel streven, een goed begrip van de helder-licht natuur van de geest essentieel wordt.

In de ervaringen van ons dagelijks leven kunnen we waarnemen dat, met name op de grovere niveaus, een onderling verband bestaat tussen onze geest en de fysiologische processen in ons lichaam. Ze zijn van elkaar afhankelijk. Net zoals onze geestesgesteldheid - depressie of vreugde - onze fysieke gezondheid beïnvloedt, zo beïnvloedt onze lichamelijke gesteldheid onze geest. Ik heb al eerder gezegd dat de boeddhistische tantrische literatuur naar specifieke energie-centra in ons lichaam verwijst. Volgens mij bestaat er een verband tussen deze centra en het immuun-systeem; door sommige biologen de tweede hersenen genoemd. Deze energie-centra spelen een beslissende rol in het toe- of afnemen van de verscheidene emotionele inhouden van onze geest. Het is door de intieme relatie tussen lichaam en geest en het bestaan van deze speciale fysiologische centra in ons lichaam, dat fysieke yoga-oefeningen en het toepassen van speciale meditatieve technieken die als doel hebben de geest te trainen, een positief effect op onze gezondheid kunnen hebben. Het is bijvoorbeeld al aangetoond dat we, door het toepassen van de juiste meditatie technieken, onze ademhaling kunnen controleren en onze lichaamstemperatuur kunnen doen dalen of stijgen.

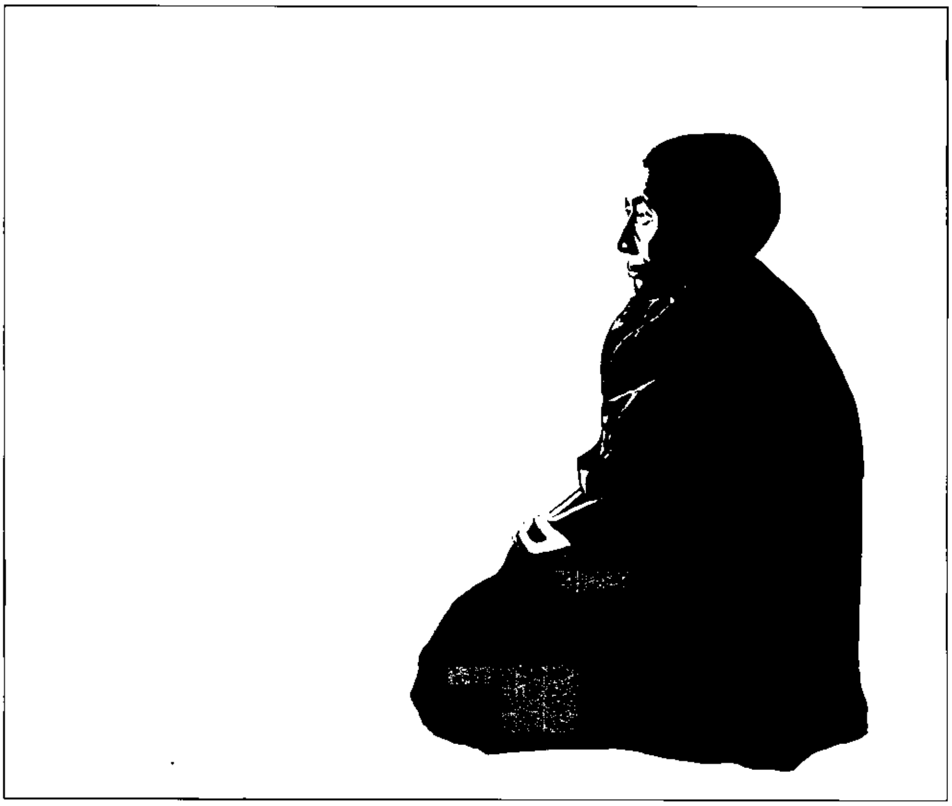
Verder kunnen we op basis van een goed begrip van de subtiele relatie tussen lichaam en geest, verscheidene meditaties beoefenen tijdens de droomstaat, op dezelfde manier als we die toepassen in de waakstaat. Dit soort beoefeningen kan ertoe leiden dat het op een bepaald niveau mogelijk is de grovere niveaus van bewustzijn te scheiden van de grovere fysieke processen en terecht te komen op een subtieler niveau van lichaam en geest. Met andere woorden: u kunt uw geest scheiden van uw grove fysieke lichaam. U kunt bijvoorbeeld tijdens uw slaap uw geest scheiden van uw lichaam en dan wat extra werk verrichten wat u niet kunt uitvoeren met uw gewone lichaam. Wees echter gewaarschuwd: u zult hier niet voor worden betaald!

Er zijn dus duidelijke aanwijzingen dat er een nauw verband bestaat tussen lichaam en geest: ze kunnen complementair zijn.
In dit licht bezien ben ik zeer blij dat sommige wetenschappers belangrijk onderzoek doen naar de relatie tussen lichaam en geest en de gevolgen daarvan voor ons inzicht in de natuur van mentaal en fysiek welzijn. Een oude vriend van mij bijvoorbeeld, dr. Benson heeft, gedurende enkele jaren, experimenten uitgevoerd op beoefenaars van Tibetaans boeddistische meditatie. Hetzelfde soort onderzoekswerk wordt ook verricht in Tjechië. Gezien de resultaten die tot nu toe zijn behaald, heb ik er vertrouwen in dat er nog veel werk ligt voor de toekomst.

De groeiende inzichten die uit dergelijk onderzoek worden gewonnen, zullen ons begrip van lichaam en geest en tevens van fysieke en mentale gezondheid, sterk verrijken. Er zijn moderne wetenschappers die het boeddhisme niet als religie benoemen maar als 'wetenschap van de geest'> Er lijken gronden te bestaan voor zulk een benoeming.

UIT: Mind Science, an East West Dialogue
Wisdom Publications
ISBN 86171 0665

Vertaling Engels-Nederlands:
Koosje van der Kolk.



GENEZEN IN TIBETAANS BOEDDHISTISCH PERSPECTIEF

DIT ARTIKEL WERD SAMENGESTELD NAAR AANLEIDING VAN EEN BIJEENKOMST VOOR ZIEKEN EN THERAPEUTEN O.L. V. LAMA THUBTEN ZOPA RINPOCHEE DIE IN AUSTRALI_ WERD GEHOUDEN, DOOR DE AUSTRALISCHE BOEDDHISTISCHE MONNIK, EERWAARDE PENDE HAWTER, (ZIE OOK MM NR 2 JRG. 14 BLZ. 12 T/M 15).

WAT IS HEALEN OF GENEZEN?
Wat bedoelen we met 'genezen'? Bedoelen we daarmee het genezen van het lichaam, het genezen van de geest of bedoelen we het genezen van beide? Wat is de relatie tussen lichaam en geest?
In veel moderne geneestechnieken gaat men ervan uit dat ze succesvol zijn wanneer de fysieke problemen die zich hebben aangediend zijn genezen - of dat nu symptomen zijn van kanker, AIDS, het chronisch vermoeidheidssyndroom of welke ziekte dan ook. Wanneer de zieke niet herstelt van het fysieke probleem, of wanneer het probleem terugkomt of wanneer zich later een ander probleem ontwikkelt, wordt dit al gauw gezien als een mislukking.

Het is in dit soort situaties niet ongebruikelijk dat de therapeut of de organisatie die de zieke heeft geholpen, de suggestie wekt dat de persoon iets verkeerd moet hebben gedaan; dat hij/zij zich niet strikt genoeg gehouden heeft aan het dieet of aan de meditatie of wat ze dan ook hadden moeten doen. In dit soort situaties kan de zieke zich zeer schuldig gaan voelen, depressief of kwaad worden. In veel gevallen geeft hij/zij alle hoop op. Om dit soort problemen te voorkomen is het nodig een ruimere visie op genezing te ontwikkelen, die niet alleen de fysieke genezing behelst, maar ook de genezing van de geest.

DE GEEST IS DE SCHEPPER

Voor een goed begrip van genezen vanuit boeddhistisch perspectief, is het nuttig eerst helderheid te verschaffen omtrent de boeddhistische visie op de geest. De geest is niet stoffelijk. De geest is vormloos, zonder gestalte, en is in staat te kennen, te weten. De kern van de geest is van nature zuiver, zonder beperkingen en allesdoordringend. De zuivere geest is als de zon die zonder obstakels aan een heldere hemel schijnt. (De oorzaken van) problemen of ziekten die we ervaren zijn als wolken aan de hemel die de zon verduisteren. Net zoals wolken het zonlicht tijdelijk verduisteren, maar niet van dezelfde natuur zijn als de zon, zo zijn ook onze problemen of ziekten tijdelijk. De oorzaken ervan kunnen uit de geest worden verwijderd.

Vanuit boeddhistisch perspectief gezien, is de geest de schepper van gezondheid en ziekte. Het boeddhisme beweert dat de geest de schepper is van (alle geluk en van) al onze problemen. Dat wil zeggen, de (voornaamste) oorzaken van ziekte liggen binnen ons, niet buiten ons.

ONBEPERKT POTENTIEEL

Veel lezers zullen bekend zijn met het begrip 'karma', hetgeen letterlijk 'activiteit' betekent. Al onze activiteiten laten indrukken achter op onze geestesstroom. Deze indrukken hebben een potentieel dat op een onbepaald moment in de toekomst zal rijpen. Onze activiteiten, en daarmee de mentale indrukken ervan, kunnen schadelijk, heilzaam of neutraal zijn. Deze karmische 'zaden' gaan nooit verloren. Schadelijke indrukken zullen op een gegeven moment rijpen in de vorm van problemen of ziekten. Heilzame indrukken zullen rijpen in de vorm van geluk, gezondheid en succes.

Om ziekten te genezen, dienen we ons op de eerste plaats bezig te houden met heilzame activiteiten. Om te voorkomen dat zich in de toekomst nieuwe ziekten voordoen, dienen we de schadelijke karmische indrukken die op onze geestesstroom zijn achtergebleven te zuiveren en onze geest schoon te maken.

Karma is de schepper van alle geluk en lijden. Wanneer we geen slecht (schadelijk) karma hebben, zullen we niet ziek worden of geschaad worden door anderen.
Het boeddhisme stelt dat alles wat ons nu overkomt het resultaat is van onze activiteiten uit het verleden. Niet alleen uit het verleden van dit leven, maar ook van andere, voorgaande levens. Wat we nu doen bepaalt onze toekomst en wat er dan met ons zal gebeuren.

WAAROM IK???

In verband met genezing nu en in de toekomst, is ons voornaamste doel te waken over onze eigen activiteiten, ons karma. Dit vereist voortdurende bedachtzaamheid en een bewust zijn van alle activiteiten die we met lichaam, spraak en geest verrichten. We zouden activiteiten, die schadelijk zijn voor onszelf en anderen, moeten vermijden.
Op deze manier is het boeddhisme een filosofie van totale persoonlijke verantwoordelijkheid. We kunnen ons eigen lot in handen nemen, met inbegrip van de conditie van ons lichaam en onze geest. Ieder van ons heeft een grenzeloos potentieel - het enige wat ons te doen staat is dit potentieel te ontwikkelen.

EEN GEZONDE GEEST IN EEN GEZOND LICHAAM

Waarom worden sommige mensen ziek terwijl anderen in prima conditie blijven? Laten we het voorbeeld huidkanker nemen. Van alle mensen die urenlang in de zon doorbrengen, zullen sommigen huidkanker ontwikkelen en anderen niet. De uiterlijke omstandigheden zijn voor iedereen gelijk, maar slechts enkelen zullen aangetast worden en huidkanker ontwikkelen.
De secundaire oorzaak van huidkanker - de zon - ligt buiten ons, maar de primaire oorzaak in de vorm van karmische indrukken die door voorgaande activiteiten in de geestesstroom zijn opgeslagen - ligt binnen ons.
Ook zullen mensen met dezelfde soort aandoening vaak verschillend reageren op dezelfde behandeling, of die nu orthodox of alternatief is. Sommigen zullen volledig genezen, anderen zullen tijdelijk herstellen en dan een terugval ervaren. Weer anderen zullen snel nog zieker worden en sterven. Hieruit volgt, logisch gesproken, dat we de oorzaak van deze verschillen ook in de geest moeten zoeken.

Het boeddhisme stelt, dat, wil men een blijvende genezing bewerkstellingen, het nodig is niet alleen de huidige ziekte te genezen met medicijnen en andere behandelingen, maar dat ook de oorzaak van de ziekte genezen moet worden. En die ligt in de geest. Wanneer we de geest niet genezen, ofwel zuiveren, zullen er telkens opnieuw ziekten en problemen ontstaan.
Dit is een inleiding op het begrip 'uiteindelijke genezing'. Door onze geest te bevrijden van alle opgeslagen 'vuilnis', alle voorgaande schadelijke activiteiten en gedachten tesamen met hun indrukken, kunnen we definitief vrij worden van problemen en ziekten. We kunnen dan de uiteindelijke genezing bereiken - een staat van blijvende gezondheid en blijvend geluk. Om de geest en daarmee het lichaam te helen, dienen we ook onze negatieve gedachten en de indrukken ervan te verwijderen en te vervangen door positieve gedachten en indrukken.

DE INTERNE VIJAND

De bron, de oorsprong van al onze problemen en ziekten, is zelfzucht. Dit noemen we in het boeddhisme de interne vijand. Zelfzucht is er de oorzaak van dat we ons inlaten met schadelijke activiteiten, die negatieve indrukken op de geestesstroom achterlaten. De schadelijke activiteiten kunnen zowel fysiek, verbaal als mentaal zijn, zoals bijvoorbeeld gedachten van jaloezie, woede of begeerte.
Zelfzuchtige gedachten versterken trots, hetgeen op zijn beurt resulteert in gevoelens van jaloezie ten opzichte van degenen die 'hoger' zijn dan wij, gevoelens van superioriteit tegenover degenen die 'lager' zijn dan wij, en wedijver met gelijken. Deze gevoelens resulteren op hun beurt in een ongelukkige geest, een geest zonder vrede. Aan de andere kant brengen gedachten en andere activiteiten die op het welzijn van anderen gericht zijn, geluk en vrede in de geest.

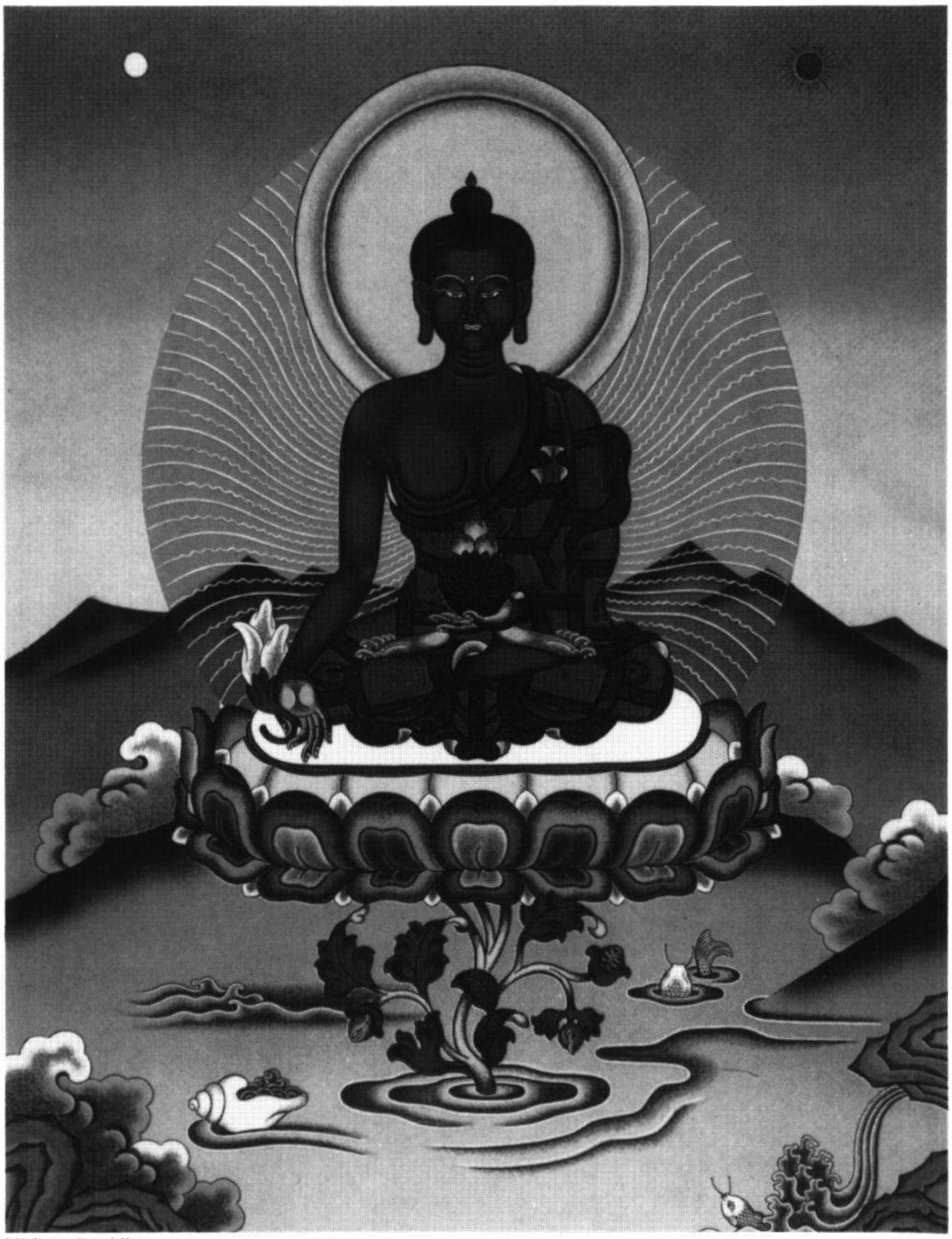
BEWUST LEVEN, BEWUST STERVEN

Het is belangrijk na te denken over wat er met ons gebeurt wanneer we sterven. Volgens het boeddhistische standpunt scheidt het subtiele mentale bewustzijn - dat de drager is van alle karmische indrukken uit vorige levens - tijdens onze dood van het lichaam. Nadat het (maximaal) 49 dagen in de tussenstaat - een periode tussen dood en nieuwe geboorte - heeft doorgebracht, treedt het bewustzijn tijdens of vlak na de conceptie de bevruchte eicel van de toekomstige moeder binnen. Dan begint het nieuwe leven. In het nieuwe leven brengen we dus een lange geschiedenis van activiteiten

met ons mee (en de mentale indrukken ervan) die het potentieel hebben tot rijping te komen.

De staat van geest ten tijde van onze dood is van vitaal belang en zal een belangrijk effect hebben op de toekomstige situatie waarin we worden wedergeboren. Daarom is het noodzakelijk dat we ons goed voorbereiden op de dood en in staat zijn onze dood met een vreedzame, kalme en gecontroleerde geest tegemoet te treden.

De dood kan een natuurlijke oorzaak hebben, zoals uitputting van onze levensduur. Het sterven kan ook voortijdig zijn, doordat er bepaalde obstakels optreden. Deze obstakels komen ook weer voort uit de geest en kunnen op verschillende manieren worden uitgeschakeld. Eén methode binnen het Tibetaans boeddhisme is het leven van dieren te verlengen door dieren te redden, die anders gedood zouden worden. Zo kunnen dieren gekocht worden van het slachthuis, of kan men levend aas kopen en vrijlaten. (Hiermee wordt heilzaam karma gecreëerd dat zal leiden tot gezondheid en verlenging van het eigen leven.)


Andy Weber

Medicijn Boeddha

NIET SLECHTS PILLETJES EN DRANKJES

Tibetaanse medicijnen zijn populair en effectief. Ze worden voornamelijk bereid uit kruiden. Het unieke karakter ervan ligt in het feit dat ze tijdens de bereiding uitgebreid worden gezegend met gebeden en mantra's waardoor ze krachtiger worden. Er wordt gezegd dat het innemen van zulke medicijnen ofwel genezing brengt, of als men toch sterven moet, de dood snel en pijnloos maakt. Een andere theorie, gebaseerd op persoonlijke ervaring, is, dat ze zo vies smaken, dat je snel wilt genezen, zodat je kunt stoppen met de medicijnen!
Ook wordt gebruik gemaakt van gezegende pillen en gezegend water. Hoe meer de persoon die de zegeningen uitvoert of de genezing toepast, zelf spiritueel ontwikkeld is, des te krachtiger het resultaat of het effect van de genezing is.

Deze gezegende pillen bevatten vaak relikwieën van overleden meditatiemeesters en heiligen, die veel kracht verlenen aan de pillen.

Tibetaanse Lama's blazen ook wel op het aangetaste lichaamsdeel om genezing of vermindering van de pijn te bewerkstelligen. Ik heb iemand meegemaakt met AIDS, die vreselijke pijn in zijn been had. Zijn pijn verdween, nadat een Lama twintig minuten lang intensief mediteerde en op zijn been blies. Mededogen is een genezende, mentale kracht.

Ook visualisaties kunnen een sterk genezend effect hebben. Eén methode is het visualiseren van een bol van wit licht boven het eigen hoofd, waarbij het licht alle richtingen uitstraalt. Vervolgens stelt men zich voor dat het licht het lichaam binnenkomt en zich door heel het lichaam verspreidt, waardoor alle ziekten en problemen worden opgelost. Tenslotte stelt men zich voor dat het li-

chaam volledig genezen is en de natuur heeft gekregen van licht. Hierop concentreert men zich.

Dit soort meditaties worden nog krachtiger als ze worden gecombineerd met voorstellingen van meditatie Boeddha's en het reciteren van mantra's. Mijn Christelijke patiënten adviseer ik vaak het licht als Jezus te visualiseren, waarbij het licht uit Hem straalt.

In de Tibetaanse traditie bestaan talrijke meditatie Boeddha's die men kan visualiseren, terwijl men hun mantra reciteert. Veel gevisualiseerde boeddha's zijn de Medicijnboeddha, Avalokitesvhara die in het Tibetaans Chenrezig wordt genoemd (de Boeddha van Mededogen), één van de Lang Leven Boeddha's, zoals Amitayus. Meditatie Boeddha's kunnen een vreedzaam of een toornig aspect hebben. Juist de toornige aspecten worden vaak aangewend om moeilijk te genezen ziekten zoals AIDS te helen.

Veel ziekten worden in verband gebracht met kwade geesten. De monniken zullen soms specifieke gebeden en mantra's reciteren en/of rituelen uitvoeren om kwade geesten te stoppen, zodat een zieke persoon kan genezen.
Ik heb een zevenjarig meisje gekend dat epilepsie had als gevolg van een boze geest. De epilepsie verdween nadat verschillende rituelen en gebeden waren uitgevoerd. Iedere keer als ze zo'n epileptische aanval had, zag het meisje een angstaanjagende verschijning op zich afkomen. Nadat de eerste gebeden waren uitgevoerd, verminderden haar aanvallen en zag ze een stenen muur tussen zichzelf en de angstaanjagende figuur. Deze muur had de kleur van monniksgewaden. Uiteindelijk verdwenen de aanvallen en verschijningen helemaal.
Wanneer u zich niet prettig voelt bij deze mentale beelden van meditatie Boeddha's, kunt u andere objecten visualiseren, kristallen bijvoorbeeld. Ook kunt u eenvoudigweg alle genezende energie van het universum visualiseren, die in u oplost en uw lichaam in licht transformeert. Belangrijk is steeds dat u zich aan het eind van de meditatie voorstelt dat u volkomen genezen bent.

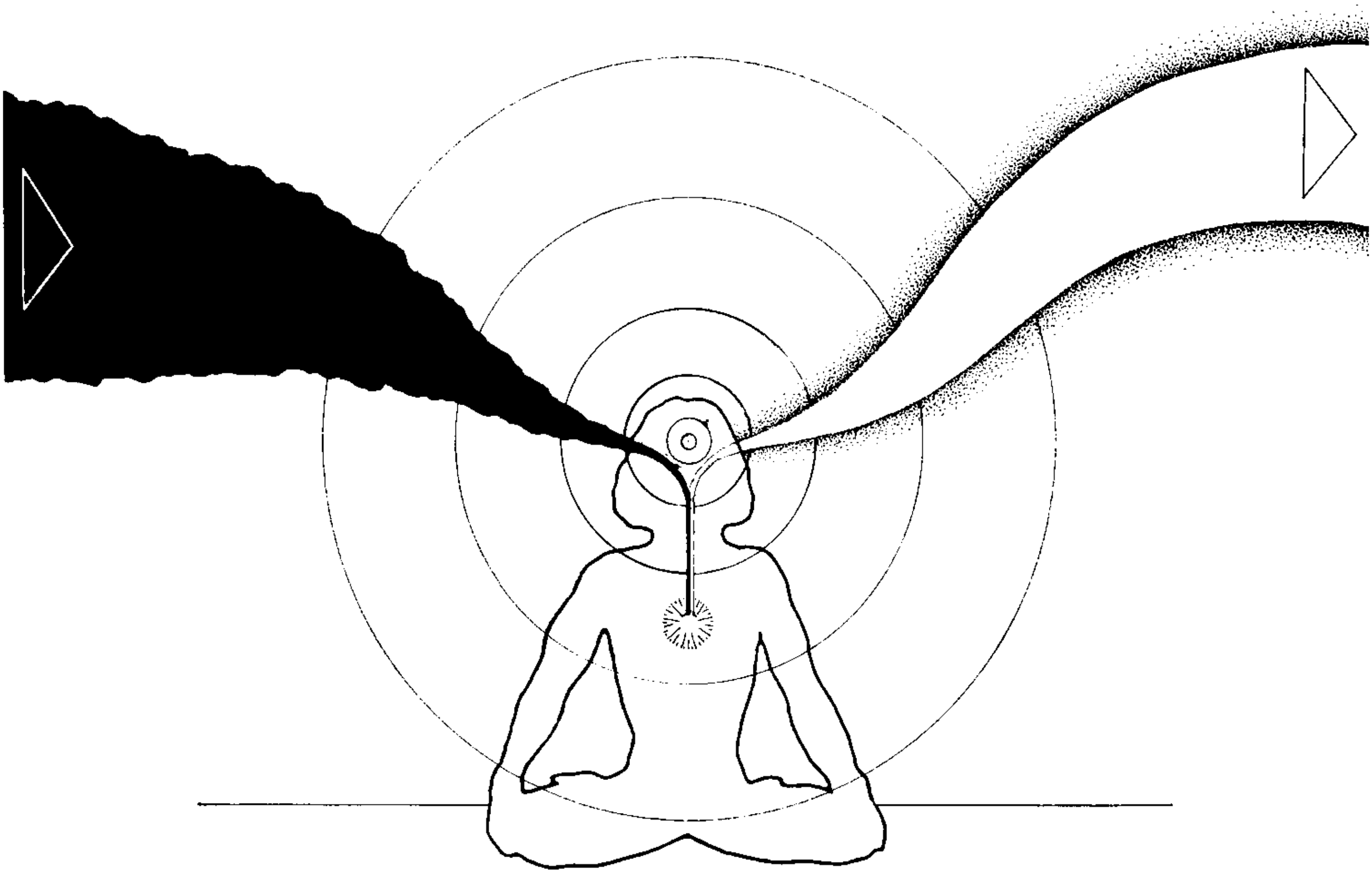
Door de eeuwen heen hebben velen deze methoden toegepast en zijn talrijke zieken genezen, zelfs van ernstige aandoeningen zoals lepra, verlammingen en kanker. Het doel van deze meditaties is zowel de geest als het lichaam te genezen, zodat de ziekte of het probleem in de toekomst niet zal terugkomen.

ONZE GEEST KAN VERANDEREN

Andere krachtige helende methoden in het Tibetaans boeddhisme, zijn meditaties uit de Lo Djong of gedachtentraining. Deze methoden, die in Nederland vaak 'Positief Denken' worden genoemd, geven de persoon de gelegenheid de ziekte of het probleem dat wordt ervaren als iets positiefs in plaats van iets negatiefs te zien. Een probleem is immers alleen een probleem wanneer we het een probleem noemen. In de gedachtentraining leren we op een andere manier naar het probleem te kijken. We leren het zien als een gelegenheid te groeien of te beoefenen, waardoor het positief wordt. We kunnen bijvoorbeeld denken dat in dit probleem het karma dat we vroeger hebben gecreëerd tot rijping komt, zodat we dat in de toekomst niet meer hoeven ervaren.

Wanneer bijvoorbeeld iemand kwaad op ons wordt, kunnen we ervoor kiezen om op onze beurt kwaad te worden. We kunnen de ander echter ook dankbaar zijn, omdat die ons een kans geeft geduld te oefenen en dit bepaalde karma te zuiveren. Het vergt weliswaar veel training dit soort methoden te leren beheersen, maar het is wel degelijk mogelijk.
Mijn leraar Lama Thubten Zopa Rinpochee zegt dat van alle methoden die genezing bewerkstelligen, de methoden die gebaseerd zijn op mededogen - de wens om anderen te bevrijden van hun lijden - het krachtigst zijn. De mededogende geest - kalm, vreedzaam, vreugdevol en ontspannen - is de ideale mentale voorwaarde voor genezing. Een mededogende geest weerhoudt ons ervan volledig te verzinken in ons eigen lijden. Door onze blik te verruimen naar de ander worden we ons ervan bewust, dat het niet alleen onze pijn is, maar dé pijn (dat wil zeggen de pijn van alle wezens).

Veel van mijn patiënten ervaren de volgende techniek als krachtig en effectief. Ik vraag ze om zo te denken: "Mogen alle wezens in de hele wereld vrij worden van deze ziekte, pijn of narigheid, doordat ik nu deze ziekte, pijn of narigheid ervaar". Men neemt dan vrijwillig lijden op zich, opdat anderen er vrij van mogen zijn. Dit komt over-



een met de Christelijke gedachte, waarbij men het eigen lijden ziet als het deelnemen aan het lijden van Jezus aan het kruis. Zelfs het sterven kan op deze wijze worden aangewend: "Mogen alle wezens bevrijd worden van de angsten en moeilijkheden van het doodsproces, doordat ik nu het sterven ervaar".

De methode van GEVEN EN NEMEN (Tong Len) is een andere krachtige meditatie. Terwijl we inademen visualiseren we dat we al het lijden en de oorzaken van het lijden van alle voelende wezens inademen in de vorm van zwarte rook. Vervolgens visualiseren we dat deze ingeademde zwarte rook de steen van zelfzucht in ons hart oplost, waardoor ons mededogen vrijuit kan gaan stromen. Terwijl we uitademen visualiseren we dat we wit licht uitademen dat geluk, vreugde en wijsheid aan alle wezens brengt.

Op deze wijze kunnen we onze ziekten en problemen op een heel krachtige manier aanwenden voor onze spirituele groei, welke zal resulteren in het ontwikkelen van mededogen en wijsheid. De hoogste ontplooiing van deze kwaliteiten is de volledige realisatie van ons gehele potentieel in de staat van volkomen Verlichting. De staat van Verlichting is een grote weldaad, zowel voor onszelf als voor anderen, doordat we in staat zijn op grote schaal voor anderen te werken. Dit is de uiteindelijke genezing.

Ik heb hier enkele gedachten op papier gezet die de basis vormen van de boeddhistische filosofie over genezen. Veel van deze methoden zijn door Lama Thubten Zopa Rinpochee onderwezen op het Tara Instituut in Melbourne, Australië, gedurende de eerste cursus over genezing - specifiek voor mensen met levensbedreigende ziekten - die in augustus 1991 gehouden werd. Het is de wens van Lama Zopa Rinpochee dat dit soort cursussen in de toekomst regelmatig in de F.P.M.T.- centra zullen worden gegeven.

Enkele van deze ideeën zullen misschien vreemd en ongebruikelijk op u overkomen. Mijn verzoek aan u is dat u ze met een open geest tegemoet treedt. Wanneer één of enkele van deze ideeën u aanspreken, gebruik ze dan alstublieft. Zoniet, laat ze dan rusten.

Moge u gezondheid en geluk vinden.

Pende Hawter, Australië.

* *De 'Karuna Hospice Service' is een organisatie, bestaande uit vrijwilligers en professionele krachten, die mensen die daarom verzoeken, op weg naar de dood en bij het sterven begeleidt.*

Vertaling: Koosje van der Kolk.

ARYADEVA

DIT IS HET DERDE ARTIKEL IN ONZE SERIE OVER DE GROTE INDIASE MEESTERS DIE VAN ONSCHATBARE WAARDE ZIJN GEWEEST VOOR DE ONTWIKKELING EN BLOEI VAN HET BOEDDHISME IN INDIA. DE COMMENTAREN WAARMEE DEZE INDIASE WIJSGEREN DE SUBTIELE PUNTEN VAN DE LEER VAN DE BOEDDHA TOELICHTTEN VORMEN NOG STEEDS EEN BELANGRIJK ONDERDEEL VAN DE STUDIE IN DE TIBETAANSE KLOOSTER- UNIVERSITEITEN. BOVENDIEN STREKT HET LEVEN VAN DEZE GROOTHEDEN ZOWEL BOEDDHISTEN ALS NIET-BOEDDHISTEN TOT VOORBEELD.

Aryadeva werd in de 3e eeuw voor Christus geboren als de zoon van de Koning van Sri Lanka. Volgens de legende verscheen hij op wonderbaarlijke wijze in een lotus in de tuin verscheen. Hoewel hij op jonge leeftijd de troon besteeg, was hij niet tevreden met het leven als koningszoon. Hij gaf weldra zijn plaats in de maatschappij op en trok naar Zuid-India om de boeddhistische religie te bestuderen. Daar ontving hij van de grote leraar Nagarjuna zelf de monnikswijding.

Hij werd spoedig de belangrijkste leerling van de meester en overtrof deze zelfs in bepaalde opzichten zoals wordt meegedeeld in de legendes over zijn Tantrische meester, Karnaripa. Dit is alleen verrassend als we de fundamenteel anti-autoritaire en vooruitstrevende houding van het boeddhisme, zelfs in die oude tijden, niet erkennen.
Het beroemdste verhaal over Aryadeva is zijn debat met de grote Pandit Matricheta, later bekend als Aryashura volgens Tibetaanse bronnen, zij het niet bij moderne geleerden. Deze Matricheta was een Shivaiet. Hij was niet alleen een groot logicus maar ook een grote tovenaar en niemand kon hem weerstaan in het debat. Uiteindelijk overwon hij de Klooster Universiteit van Nalanda, aangezien in die tijd een school haar filosofische stellingen moest verdedigen tegenover iedereen die er kwam, wilde zij haar subsidie en macht over het curriculum behouden. Hij speelde de baas over alle monniken, bekeerde ze met geweld tot zijn eigen theïsme en dwong ze deel te nemen aan de door hem gekozen plechtigheden. De monniken waren wanhopig en hielden in het geheim een ceremonie voor de Dharmabeschermer Mahakala, de Verschrikkelijke. Ze schreven een bede om hulp op een papiertje en legden het op het altaar. Volgens de legende vloog er een kraai uit het Mahakalabeeld en droeg de boodschap naar het zuiden.

Wat de bron ook was, Nagarjuna hoorde van de toestand van zijn medemonniken, maar voelde er niet voor om er zelf heen te gaan. Aryadeva bood aan om te gaan, maar eerst stelde Nagarjuna hem op de proef door over de stellingen te debatteren die Matricheta waarschijnlijk zou innemen. Hij debatteerde met zoveel kracht dat hij Aryadeva tenslotte woedend maakte, die alle eerbied liet varen en door de meester met al zijn kracht aan te vallen erin slaagde diens argumenten te verwerpen. Nagarjuna was verheugd dat Aryadeva zichzelf in het vuur van het debat zozeer had vergeten dat hij zijn eigen leraar voor een theïst had aangezien. Hij verklaarde dat Aryadeva in staat was de overwinning op Matricheta te behalen. Ook waarschuwde hij hem dat hij onderweg een offer zou moeten brengen, maar als hij er geen spijt van zou hebben zou het hem teruggegeven worden.
En jawel, toen Aryadeva door het woud naar het noorden reisde kwam een bedelaar op hem af en vroeg hem een van zijn ogen te schenken. De bodhisattva gaf het zonder aarzelen, trok een oog uit de kas en vervolgde zijn weg. Hij kon zijn nieuwsgierigheid echter niet bedwingen en toen hij achterom keek zag hij dat de bedelaar, die het oog niet in zijn eigen hoofd kon implanteren, het woedend tegen een boomstronk in stukjes sloeg. Aryadeva voelde een steek van spijt om deze totale verspilling en daarom, zo wordt gezegd, kreeg hij zijn oog nooit terug. Om die reden staat hij ook bekend als Kanadeva, de Eénogige Heer. Hij trok verder naar Nalanda en ontmoette zijn tegenstander.

Het verslag van hun wedstrijd is vermakelijk. Toen Matricheta Aryadeva voor het eerst opmerkte zei hij : "Waar is dit extra kaalgeschoren hoofd vandaan gekomen?" Aryadeva antwoordde: "Uit deze nek", terwijl hij een klap op zijn nek gaf. Matricheta begreep dat er een waardige tegenstander aangekomen was. Een andere keer ging Aryadeva met Matricheta en diens leerlingen naar de oever van de Ganges. Terwijl zij zich ritueel wasten liep Aryadeva het water in met in zijn handen een gouden pot gevuld met uitwerpselen, terwijl hij de buitenkant overdreven netjes afwaste. Matricheta zei: "Waarom was je de buitenkant als de binnenkant gevuld is met uitwerpselen?" Aryadeva zei: "Hoe kunnen jullie je lichamen aan de buitenkant zuiveren met water uit de Ganges als de binnenkant vol onzuiverheden is?"

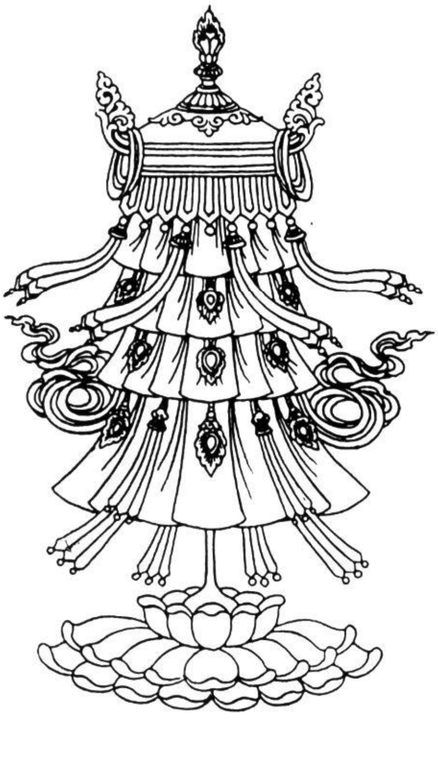
Een andere keer stond Matricheta in een deuropening en vroeg: "Ga ik naar buiten of kom ik binnen?". Aryadeva zei: "Dat hangt af van je motivatie." Matricheta hield toen in zijn hand een vogel omhoog: "Ga ik deze vogel doden of niet?" Aryadeva zei: "Dat hangt af van je motivatie." Weer later bracht Matricheta een offer aan de voorouders bij het vuuraltaar en Aryadeva kwam daar met wat droog

kushagras dat hij met water begon te besprenkelen. Matricheta vroeg: "Wat ben jij aan het doen?" Aryadeva zei: "Ik geef een verdorde boom in Sri Parvati water." "Hoe kun je daar een boom water geven door hier water te sprenkelen?" "Hoe kun jij dan voedsel aanbieden aan je lang geleden gestorven verre voorouders door het hier te verbranden?"

Toen het eigenlijke debat begon legde Aryadeva een zak met uitwerpselen op de parasol van Matricheta om Shiva weg te houden, gooide olie op de magische lei waar de god de argumenten zou opschrijven, manifesteerde een kat om de papegaai-emanatie van Shiva, die Matricheta de antwoorden zou voorzeggen te doden en maakte obscene gebaren naar Parvati om haar te beletten zijn tegenstander bij te staan. Matricheta zei: "Hoe durf jij met je ene oog, mij uit te dagen om te debatteren?" Aryadeva gaf ten antwoord: "Ishvara met zijn drie ogen kan de aard van de werkelijkheid niet zien, maar ik zie die heel duidelijk met mijn ene oog. Waarom zou ik je dan niet verslaan?" En Aryadeva won.

Na zijn nederlaag was Matricheta zo vernederd dat hij wegvloog, de ruimte in. Aryadeva volgde hem en redde zijn leven door hem op het laatste moment te waarschuwen dat hij zou sterven als hij de dampkring verliet. Aldus getemd, keerde de pandit terug met Aryadeva. Aryadeva sloot hem op in de bibliotheek, waar hij de boeddhistische literatuur begon te lezen. Tenslotte stootte Matricheta op een voorspelling over zichzelf, hoe hij door Aryadeva zou worden verslagen en hoe hij een grote leraar zou worden in de traditie van het Grote Voertuig. Hij was zo verbaasd dat hij een oprechte student van de boeddhistische Leer werd en uiteindelijk zelfs één van haar grootste schrijvers.

Het is belangwekkend dat Aryadeva net als Nagarjuna als aartsvader van de Ch'an/Zensschool van het Verre Oosten wordt opgeëist, waar de lezing van zijn overwinning op de theïst een interessante parallel met de Indo-Tibetaanse vertoont:
In Kanadeva's tijd namen ketters tijdens een 'zuivering' de trommel en bel in de grote boeddhistische



tempel in beslag. In die tijd wist de eerbiedwaardige Kanadeva dat de Leer van de Boeddha in moeilijkheden verkeerde. Hij maakte gebruik van zijn bovennatuurlijke krachten om de klokketoren te bestijgen en de klok te luiden, omdat hij de ketters wilde verdrijven. Al gauw riep één van de ketters uit: "Wie luidt daar boven op de toren de klok?" Kanadeva zei: "Een deva." De ketter vroeg: "Wie is de deva?" Kanadeva zei: "Ik." De ketter zei: "Wie is 'ik'?" Kanadeva zei: " 'Jij' is een hond." De ketter vroeg: "Wie is de hond?" Kanadeva zei: "De hond ben jij". Na zeven van zulke rondes zag de ketter in dat hij verslagen was, dus hij onderwierp zich en opende zelf de deur van de klokketoren, waarop Kanadeva uit de toren afdaalde met de rode vlag (gebruikelijk voor de winnaar). De ketter zei: "Waarom volg je niet?" Kanadeva zei: "Waarom ga je niet voor?" De ketter zei: "Je bent een schurk." waarop Kanadeva sprak: "Je bent een vrij man !"

Aryadeva's belangrijkste werken passen dikwijls expliciet de kritiek van het Centrisme toe op de verschillende Brahmaanse filosofische scholen, terwijl Nagarjuna zich voornamelijk beperkt had tot het weerleggen van de Abhidharmameesters van het Bescheiden Voertuig. Aryadeva's grootste werk van kritische wijsbegeerte is de 'Vierhonderd Verzen' / 'Experientialist Four Hundred', dat begint met een systematische rangschikking van het Pad van het Grote Voertuig en vervolgt met een vernietigende kritische bespreking van alle extremistische ideologieën die in zijn tijd in India bestonden. Zijn belangrijkste werk op het gebied van Tantra, 'de Lamp van Geconcentreerde Beoefening' / 'Lamp of Concentrated Practice', is opmerkelijk door zijn helderheid en alomvattendheid. Ondanks de moderne, stellige opvatting dat er in zijn tijd geen Tantra bestond, is de Indo-Tibetaanse traditie zelf het er unaniem over eens dat dezelfde Aryadeva zowel filosofische als yogische werken schreef, geheel in de stijl van de Indiase traditie, waarin elke filosoof die de naam waardig is noodzakelijkerwijs ook een grote yogi is.

Uit: The Speech of Gold, door Prof. Robert Thurman.
Vertaling: Marijke Drost.

107

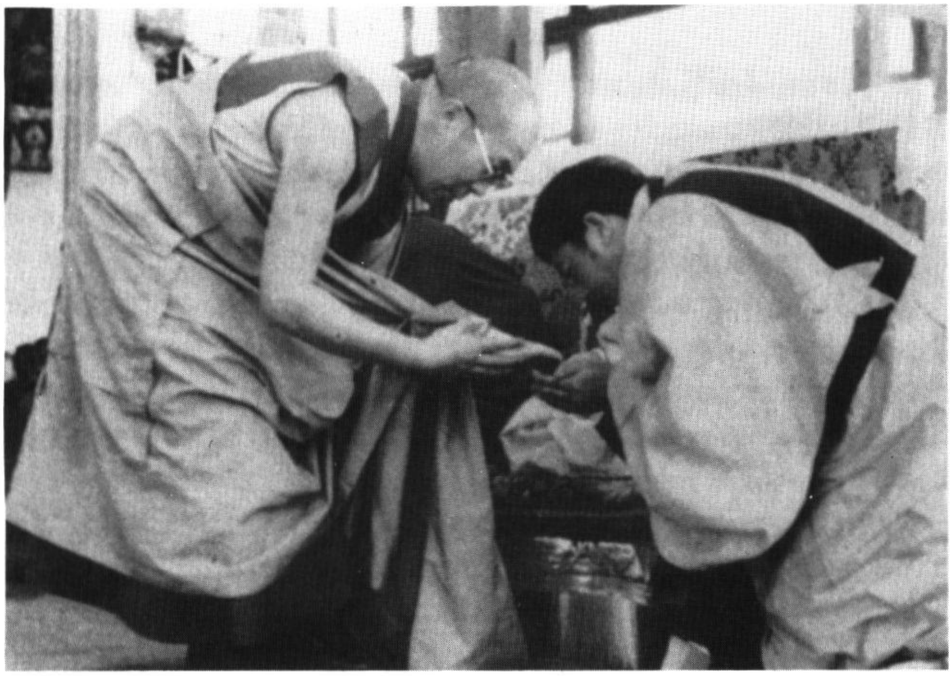
DE BETEKENIS VAN TANTRA

ER IS GEEN ONDERWERP IN HET BOEDDHISME WAAROMTRENT ZOVEEL MISVERSTANDEN BESTAAN ALS TANTRA. WEGENS FOUTIEVE INTERPRETATIES VAN DE VAAK SPREKENDE SYMBOLIEK HEEFT DE TERM TANTRA VOOR VEEL WESTERLINGEN EEN ONZUIVERE BIJSMAAK GEKREGEN. HET HIER VOLGENDE ARTIKEL IS DE BEWERKING VAN EEN LEZING DOOR EEN LAMA DIE VEEL MET WESTERLINGEN HEEFT GEWERKT EN SINDS DECENNIA IN EUROPA EN AMERIKA ONDERWIJST. MOGEN ZIJN WOORDEN AAN ONS JUISTE BEGRIP BIJDRAGEN.

Het onderwerp van mijn lezing vanavond is Tantra. Wat is de betekenis van Tantra? Om het onderwerp te benoemen worden vele verschillende termen gebruikt, zoals tantra, vadjrayana en mantrayana. Hoe het ook genoemd wordt, in essentie wordt hetzelfde bedoeld. Alle beoefeningen in het vadjrayana worden gedaan door middel van een speciale yidam (meditatieboeddha), een voorbeeld van een volledig verlichte boeddha. Het concentreren op één van die meditatieboeddha's begint met het binnengaan van een mandala.

Alvorens een serieuze aanvang te maken met vadjrayana meditatie dienen we eerst de mandala van de meditatieboeddha van onze keuze te zijn binnengegaan. We dienen daartoe een complete en perfecte initiatie te ontvangen. Eén aspect van zo'n initiatie is dat ons de mogelijkheid, de toestemming en machtiging wordt gegeven om erover te lezen, na te denken en bepaalde meditaties te beoefenen. Het ontvangen van een initiatie introduceert ons in de hoge status welke we door de beoefening nastreven alsook in het pad dat we daartoe volgen.

Tijdens de ceremonie zal een specifieke volledig verlichte meditatieboeddha aan ons geïntroduceerd worden. Voordat deze introductie plaatsvindt dienen we zowel algemene als specifieke voorbereidingen, die gerelateerd zijn aan de initiatie te treffen. Deze voorbereidingen omvatten verschillende stappen. De eerste stap voor ons is de meditatieboeddha en zijn of haar specifieke functie te kennen. We leren wat een mandala is en hoe een mantra werkt. Daarna dient ons verteld te worden met wie we kunnen praten en aan wie we de geheimen van de initiatie niet mogen onthullen. Er worden enkele belangrijke verbintenissen aangegaan. We ontvangen toestemming om bepaalde dingen te doen en er zijn ook bepaalde beloften die gehouden dienen te worden. Dit alles dient de Meester tijdens de initiatie correct uit te leggen.
De betekenis van initiatie zoals beschreven in de Oxford English Dictionary is een persoon binnenlaten door introducerende riten en vormen in een samenleving, een beroep, een geheim, in mystieke zaken, een wetenschap enzovoort. Afhankelijk van het niveau en doel van de initiatie, alsmede de betrokken filosofische leer, kunnen daar wel of niet geheime esoterische riten bij horen.



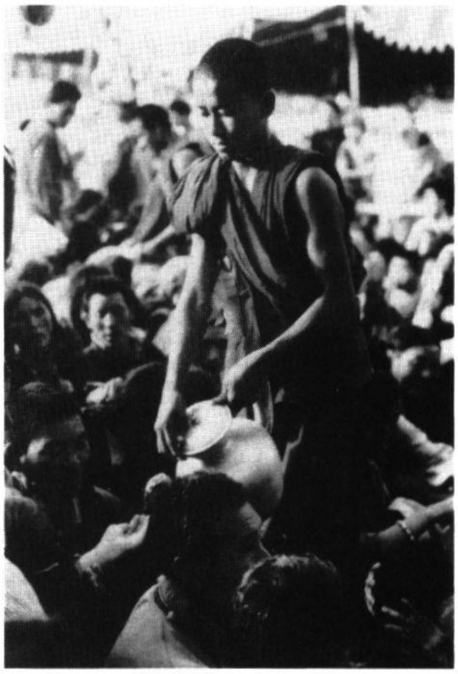
Er is bijvoorbeeld niets geheim aan de eenvoudige ceremonie van de doop in het Christendom, waardoor een kind in het openbaar symbolisch toegelaten wordt tot het lichaam van de Kerk en de Christelijke Gemeenschap. De 'peter' en 'meter' nemen enkele verplichtingen op zich om voor het spirituele welzijn van het kind zorg te dragen totdat het oud genoeg is zelf de leer te begrijpen en te beoefenen.

De uitleg van de term initiatie alleen kan de volledige betekenis van een tantrische initiatie niet voldoende overbrengen. Initiatie dient dan ook ervaren en begrepen te worden. De geinitiëerde kan toestemming of machtiging gegeven worden een bepaald aantal specifieke handelingen uit te voeren. De machtiging hoeft echter nog niet compleet te zijn. Initiatieriten in zowel leken- als kloostergemeenschappen worden in ieder deel van de wereld gehouden. Het is belangrijk een tantrische initiatie niet te verwarren met andere soorten inwijdingen die van een geheel verschillende aard zijn.

Ik ontmoet vele Dharmastudenten die me vertellen dat ze een bepaalde initiatie hebben ontvangen. Wanneer ik ze dan vraag wie hen geïnitieerd heeft, kunnen ze zich vaak niet eens de naam van de Lama herinneren. Ze waren eenvoudigweg aanwezig toen de Lama de ceremonie uitvoerde. Ze denken dat ze, door er alleen maar bij te zitten, de initiatie hebben ontvangen. Ze hebben misschien en misschien ook niet zijn toestemming ontvangen aanwezig te zijn...

We moeten echter begrijpen dat louter onze aanwezigheid bij een initiatie (terwijl we niet precies weten wat er gebeurt en wat we zelf moeten doen) niet de oorzaak kan worden van het ontvangen van de initiatie. We dienen bijvoorbeeld te weten op welk niveau de initiatie wordt gegeven. Ieder niveau van het eerste tot het laatste heeft betrekking op een specifiek aspect van de verlichting. Op het vierde niveau bijvoorbeeld zal de tantrische meester ons introduceren in het onderwerp van volledige verlichting, hoe het bereikt wordt en hoe, wanneer alle beoefeningen correct worden toegepast, alle andere niveau's hierin passen. Iemand die op een juiste wijze is geïnitieerd, weet waar ik het over heb. Het louter bij een ceremonie zitten met een aantal mensen op een bepaalde plaats en gedurende een bepaalde tijd, betekent niet dat men een initiatie heeft ontvangen.

Wanneer ik iemand die een initiatie heeft ontvangen zou vragen, wie de boeddhavorm is en als hij of zij daarop dan bijvoorbeeld zou antwoorden Avalokiteshvara, dan zou ik zeggen "Dat is erg goed. Maar welke Avalokiteshvara? Is het die met twee, vier of zelfs duizend armen?" De meeste mensen die ik ontmoet antwoorden dan dat ze zich niet meer kunnen herinneren bij welke initiatie van welke boeddhavorm zij aanwezig waren. In zo'n geval komt de vraag van initiatie niet eens ter sprake. Dit is belangrijk. Initiatie betekent geïntroduceerd worden in een volledig verlichte boeddhavorm, zijn mandala en de manier waarop deze wordt binnengegaan. Nadat we de mandala zijn binnengegaan dienen we te leren welke verbintenissen we hebben en welke activiteiten we dienen uit te voeren. We moeten leren welke specifieke negatieve krachten en twijfels we hebben, hoe we ze kunnen herkennen en hoe we ze zuiveren.
We dienen ook alles te weten over de positieve vermogens die we zullen verkrijgen door de beoefening te doen. Ook moeten we leren begrijpen hoe we dichter bij een specifieke boeddhavorm kunnen komen door het verwerven van deze positieve vermogens.



Het vierde niveau introduceert ons, zoals ik al eerder zei, in de uiteindelijke verlichting. In Tantra wordt hier speciaal verwezen naar de vereniging van methode en wijsheid.
Tegenwoordig zijn in verschillende delen van de wereld vele tantrische publicaties beschikbaar. Vadjrayana of tantrayana is ook bekend als het voertuig van geheime mantra, omdat vele beoefeningen gebaseerd zijn op mantra. Mantra werkt als een bescherming van de geest. Dit is alleen een korte uitleg van het woord mantra. In uiteindelijke zin leidt het tot bescherming door middel van de geest! Mentale bescherming is echter niet de enige functie van mantra.

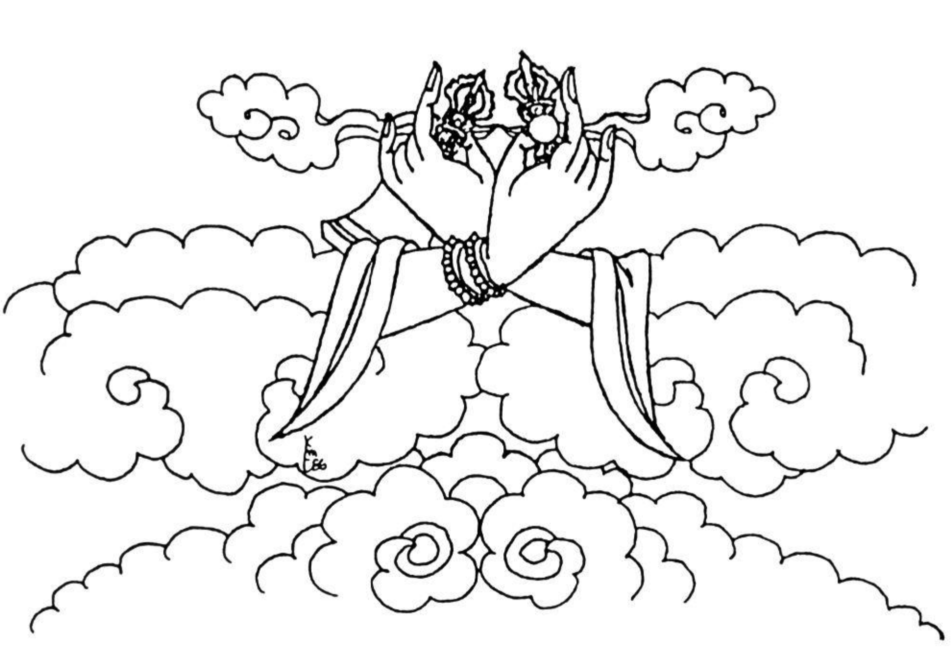
Wanneer ons een mantra gegeven is hebben we iets te herhalen, te reciteren en dat hoeven we andere mensen niet te laten weten. We dienen het geheim te houden waardoor het een ontzettende hoeveelheid kracht zal bevatten. We moeten nooit anderen vertellen wat onze beoefening is, noch erover praten met wie dan ook. Wanneer we naar een initiatie gaan, is het eerste wat we ontvangen een eed van geheimhouding. De Lama zal zeggen: “Ik zal jullie binnen laten in die of die mandala. Ik zal de zegeningen van alle verschillende boeddhavormen, boeddha's en bodhisattva's op jullie overbrengen. Als jullie hierover echter praten met iemand die niet gekwalificeerd is, zal de zegening die je in je bewustzijn hebt, deze onmiddellijk verlaten en verdwijnen”. De Lama zal zo'n eed twee of drie keer herhalen en zal water om te drinken uitschenken. Dit water zal niet functioneren als gewoon drinkwater maar als nectar. Wanneer we dit nectar drinken zal het in ons hart blijven. Als we ons aan onze beloften houden zal het ons vele voordelen brengen, maar als we onze beloften breken zal het veranderen in het zoutzuur van de hellen.

We staan wel altijd klaar om initiaties te ontvangen maar proberen zelden de belofte van geheimhouding na te komen. We overdrijven en praten er publiekelijk over zonder ons te realiseren wat we doen. Zelfs als we een beoefening doen, hopen we dat iemand ons ziet of hoort terwijl we bezig zijn. We zullen zelfs luid citeren, opdat iemand ons kan horen. We hopen dat “ze” te weten komen hoe goed wij wel zijn en ons daarom met meer respect benaderen.

Dit alles gebeurt vanwege ons grote ego. Het ego is erg sterk, het maakt niet uit wat onze sociale status is. Of we nu goed of slecht doen, of we armzalige mentale capaciteiten hebben of spiritueel hoog ontwikkeld zijn, wat ons intelligentieniveau ook is, het ego is altijd erg sterk. We blijven het ontkennen en toch is het zo sterk dat het ons niet alleen laat. Het dwingt ons in het creëren van een naam, naar verbeteringen op het materiële vlak, het verkrijgen van beter voedsel, kleding en meer geld. En speciaal dwingt het ons naar het verkrijgen van een goede reputatie. We zullen hiertoe elk excuus aangrijpen, bijvoorbeeld door te zeggen dat wat we aan het doen zijn voor het belang van de Dharma, de Boeddha of alle voelende wezens is, terwijl we in feite alleen maar bezig zijn ons eigen egoïstische doel te verwezenlijken. In die zin zijn we erger dan de mensen die zich niet met het boeddhisme of enige andere religie bezig houden. Zij geven tenminste eerlijk toe dat ze iets voor zichzelf doen. Zij liegen er tenminste niet over.

We zien volgelingen van alle verschillende religies zo handelen. Men doet alsof men handelt in het belang van zijn of haar god, religie, leraar, boeddha, verlichting enbovenal voor alle voelende wezens. In werkelijkheid is men vaak alleen maar de eigen naam aan het vestigen, in de veronderstelling dat deze niet bezoedeld wordt omdat zij werken voor een religieuze zaak, een goede zaak, de Dharma. Zelfs de kleinste gelegenheid gebruikt ons ego om zich te doen gelden.

Zelfs als onze tantrische beoefeningen gemeend en goed gemotiveerd zijn, dienen we de geheimen te bewaren. Het heeft vele nadelen als we van alles doen om



de aandacht te trekken om bijvoorbeeld anderen te laten weten dat we speciale kennis bezitten. Op zo'n manier verliezen we zonder het te beseffen volledig het voordeel van de beoefening. Waarom is geheimhouding in vadjrayana beoefening zo belangrijk? Er is toch niets slechts dat we verborgen moeten houden voor wie dan ook? We plegen toch geen overspel of zoiets?

Het is als volgt. Volkomen verlichte boeddhavormen zijn alleen bekend gemaakt aan bepaalde mensen die met de initiatie een specifieke toestemming hebben verkregen. Zelfs in deze wereld worden de grootste schatten nooit en te nimmer aan Jan en alleman tentoongesteld. Zo worden bijvoorbeeld oude en zeldzame manuscripten in een donkere ruimte in de bibliotheek bewaard, beveiligd en wel om ze, vanwege hun belangrijkheid, voor schade te behoeden. Evenzo dienen de geheime methoden van tantrische beoefening te worden beschermd. Op het moment dat ze aan iedereen bekend worden, houden ze op te functioneren. Ze beschermen dan niet langer onze geest. Daarom dient iedereen die Tantra beoefent zijn of haar verworvenheden geheim te houden. Iemand die dat niet doet is geen goede tantrische beoefenaar, wat zijn of haar bekwaamheden ook mogen zijn.

Het doel van Tantra is onmetelijk. Door Tantra zijn we in staat het boeddhaschap te verwerven. Dit is de hoogste status, het hoogste niveau van evolutie dat een mens kan bereiken. Het kan alleen verworven worden door Mahayana beoefening, niet zonder! Met alleen Theravada beoefening kunnen we niet het boeddhaschap bereiken. We kunnen er de bevrijde status van een Arhat mee bereiken. Een Arhat is bevrijd van het cyclische bestaan, maar nog geen boeddha.

©Karma Meunlam

Om boeddha te worden hebben we bodhichitta, de verlichtingsgeest nodig en een correct begrip van leegte. Een combinatie van beide is nodig om het boeddhaschap te bereiken. Door het vadjravoertuig kan het einddoel sneller verwezenlijkt worden dan via de Mahayana soetra-beoefeningen van het perfectievoertuig. Vadjravoertuig en perfectievoertuig zijn beide Mahayana methoden. Maar het perfectievoertuig biedt geen enkele Vadjrayana-methode. Er bestaan geen vadjrayana beoefeningen binnen het soetrayana. Onthoudt dit punt alstublieft.

Met vadjrayana-beoefening is men in staat om binnen dit ene leven de verlichting te bereiken. Er zijn talloze beoefenaars geweest die verschillende niveau's van verlichting verworven hebben door de beoefening van vadjrayana en nog steeds zijn er mensen die de verlichting bereiken. Door hen als voorbeeld te nemen, kunnen we dit zelf ook doen. De verlichting is niet alleen verwezenlijkt door Boeddha Sakyamoeni maar ook door vele anderen. De koning van het oude Indiase rijk Udiyana begaf zich naar de Boeddha en sprak: "Al Uw Leringen zijn fantastisch en betekenisvol. Ik zou ze graag willen volgen, maar ik ben koning en kan mijn koninkrijk niet verlaten. Ik kan mijn koningin en haar gevolg niet alleen laten. Bestaan er methoden voor mij als koning of moet ik alles achterlaten en het woud intrekken?" De Boeddha antwoordde: "Nee, zonder je koningin of koninkrijk te verlaten, kun je temidden van je rijk, in je eigen paleis de verlichting bereiken." Daarna gaf de Boeddha het gehele onderricht van de Guhyasamaja Tantra aan de koning.

Het voordeel van vadjrayana is snelheid. Het is sneller omdat het gebruik maakt van de methoden van transformatie. In plaats van het afkappen of opgeven van onze negatieve gewoonten, proberen we ze glad te strijken en te transformeren in iets superieurs. Dat is waar het in de vadjrayana beoefening om draait. Het is altijd beter iets te transformeren dan te vernietigen. Wanneer iets vernietigd is kan het niet volledig herbouwd worden. Bijvoorbeeld: Je hebt een stuk gele stof nodig terwijl je alleen maar een rood stuk hebt. Je kunt dan de rode stof ontrafelen, de draden bleken, ze vervolgens kleuren met gele verf, em het daarna weer tot een stuk stof te weven. Dit alles is zeer omlachtig. Het zou veel sneller zijn om de rode stof te bleken en vervolgens geel te kleuren.

Gebruik de vadjrayana beoefeningen netzo om je leven te transformeren en spoedig de verlichting te bereiken.

door Ngawang Gelek Rinpochee

Vertaling: Gelong Jampel Pharchin.

ADVIES VAN GESHE SONAM GYALTSEN TIJDENS DE STUDENTENVERGADERING VAN 21 FEBRUARI

J.P. Kool

Geshe Sonam Gyaltsen

OP ADVIES VAN ONZE NIEUWE VASTE LERAAR GESHE SONAM GYALTSEN WERD EEN BIJEENKOMST GEHOUDEN VAN VASTE MEDEWERKERS, STUDENTEN EN MENSEN DIE ZICH BETROKKEN VOELEN BIJ HET WEL EN WEE VAN HET MAITREYA INSTITUUT. ALLE ABONNEES ONTVINGEN HIERTOE BIJ HET VORIGE NUMMER VAN MM EEN UITNODIGING. DE OPKOMST WAS REDELIJK. HET BESTUUR NAM DE GELEGENHEID TEN BAAT EEN AANTAL RECENTE VERANDERINGEN AAN TE KONDIGEN. DE STUDENTENVERGADERING KWAM MET EEN AANTAL CONCRETE VOORSTELLEN WAAROP WIJ IN HET VOLGENDE NUMMER VAN MM VERSLAG ZULLEN DOEN. IN DIT NUMMER BEPERKEN WIJ ONS TOT DE OPMERKING DAT DE BIJEENKOMST GEZELLIG WAS EN EEN ONTSPANNEN SFEER ADEMDE. VELE OUDE EN NIEUWE BEKENDEN LEVERDEN EEN POSITIEVE BIJDRAGE.

De meesten van jullie heb ik al ontmoet. Nogmaals een goedemiddag allemaal. Ik vind het heel bijzonder vandaag met jullie mijn gedachten te mogen delen over de toekomst van dit centrum. Speciaal, omdat het een afsluiting is van het oude jaar, morgen is het immers Tibetaans Nieuwjaar. Toen mij door het bestuur gevraagd werd om ideeën aan te dragen voor de voortzetting van dit centrum heb ik als eerste geopperd dat er een soort vergadering moest worden belegd; een feestelijke vergadering om de contacten met de achterban, de studenten, fors aan te trekken.

Hoewel ik geen sociale wetenschappen heb gestudeerd, noch enige opleiding heb in modern management, heb ik lang genoeg in groepen gewoond, zoals in kloosteruniversiteiten en in verschillende andere schoolcomplexen, om enige ervaring te hebben op basis waarvan ik bepaalde ideeën of gedachten heb gevormd.

De gronddoelstelling wijkt wat mij betreft niet af van de gronddoelstelling, zoals die door anderen geformuleerd is. Mijn idee wijkt ook niet af van de bedoeling van Lama Thubten Zopa Rinpochee, spiritueel hoofd van dit centrum, en wijkt ook niet af van de mening van het bestuur of van de achterban. We willen met zijn allen het beste voor dit centrum. Daar gaat het in de kern om.

Ik zal dan ook niets formuleren over de doelstellingen of bedoeling van het Maitreya Instituut. Dat is al uitgebreid gedaan toen het werd geïnitieerd door de toenmalige Lama Yeshe en door Lama Thubten Zopa Rinpochee. Bovendien wordt het centrum nog steeds begeleid door Lama Yeshe Rinpochee in zijn nieuwe incarnatie en door Thubten Zopa Rinpochee. Wat de spirituele leiding betreft heb ik weinig aan dit centrum toe te voegen.

De bijdrage die ik vandaag wil leveren bestaat dan ook vooral uit het in de herinnering roepen van dingen die we soms lijken te vergeten. Dit centrum is bedoeld om de boeddhistische inzichten te delen met hen die daar belangstelling voor hebben. Dit centrum is niet bedoeld als een missie-post voor boeddhisten of van boeddhisten. Het gaat er om gelukkiger te worden dan we al zijn. Gelukkiger in dit leven, gelukkiger op langere termijn in volgende levens en in de uiteindelijke staat van blijvend geluk.

Onder de mensen die streven naar deze verschillende vormen van geluk, zijn er mensen die de methoden van het boeddhisme interessant vinden omdat in de boeddhistische leer zo helder wordt beschreven dat het geluk niet toevallig is maar op oorzaken berust. Ikzelf en anderen die zich in de boeddhistische leer hebben verdiept zijn tot de overtuiging gekomen dat de boeddhistische leer werkelijk kan bijdragen tot een vergroting en verdieping van het menselijk geluk.

Het boeddhisme is zoals jullie weten niet alleen een leer waarin je alleen maar zit te bidden en dan maar hoopt dat het verder wel goed komt. Natuurlijk is het goed om te bidden, maar het boeddhisme wil veel meer.Het boeddhisme wil dat we logisch nadenken. Het boeddhisme wil dat we inzicht krijgen in de oorzakelijkheid, inzicht in de verantwoordelijkheid voor ons eigen leven en in het verband tussen onze ervaringen en onze activiteiten. Zo'n inzicht aangevuld met wensbeden, is een stevig pakket waarmee we onze toekomst tegemoet kunnen treden. Hoewel er in het boeddhisme ruimte is voor geloof of vertrouwen, mag dat nooit blind geloof zijn of geloof dat enkel gebaseerd is op de autoriteit van een andere persoon. In die zin is het boeddhisme heel wetenschappelijk; geloof moet gebaseerd zijn op overtuiging die individueel of subjectief wordt verkregen door logisch na te denken. Het logisch nadenken-aspect, de analyse, het onderzoek, komt in grote lijnen overeen met wat wetenschappers doen. Een belangrijk verschilpunt is dat het object van onderzoek in het boeddhisme niet buiten ons zelf is gelegen. Het object van onderzoek is de eigen, menselijke geest.

J.P. Kool

Geshe Sonam Gyaltsen

J.P. Kool

Gompa Maitreya Instituut

Jullie weten dat in Tibet, vóór de brute bezetting door de Chinesen, talrijke kloosters bestonden die 'gompa' werden genoemd. De gompa's waren geen gebedscentra waar mensen maar de hele dag gebeden zaten te prevelen. De gompa's waren op de eerste plaats scholen. Alle kloosters in Tibet hadden de functie als school, als opleidingsinstituut te fungeren waar de mensen leerden lezen en schrijven, waar de mensen opleidingen konden volgen om meer over zich zelf en hun omgeving te begrijpen.

Door het gegeven dat een klooster in feite een school of opleidingsinstituut is waar mensen inzicht verwerven over zichzelf en hun omgeving is het dan ook niet verwonderlijk dat we in het westen geen kloosters meer hebben zoals in Tibet, maar dat hier een vermenging van de klooster- en de lekengemeenschap heeft plaatsgevonden. Het zijn immers niet alleen monikken en nonnen die studeren en inzicht verwerven in zichzelf en hun omgeving, het is voor ieder mens belangrijk.

Natuurlijk is het belangrijk dat er, zoals in elk opleidingsinstituut, een bevoegde leraar is. Waar het een religieus centrum zoals dit boeddhistische centrum betreft, is het zelfs belangrijk dat er één of meer geestelijken aanwezig zijn. Zou hier geen enkele monnik of non wonen dan was dit niet echt een boeddhistisch opleidingsinstituut. Dat is één keerzijde van de medaille. Je kunt nog zo'n goede school hebben of noch zo'n goede universiteit met prima leraren of professoren; wanneer er geen studenten komen dan zal het snel ophouden. Dit geldt ook voor dit centrum. Het is niet alleen belangrijk dat er een competente leraar is, het is belangrijk dat er studenten zijn. Er is dus een heel sterke onderlinge afhankelijkheid tussen een centrum zoals dit en de studenten. Immers, de studenten hebben een soort centrum nodig waar ze bijeen kunnen komen, waar ze steun vinden aan elkaar en waar ze ook steun vinden in de vorm van een leraar die begeleiding en adviezen kan geven. Het centrum bestaat echter bij de gratie van de studenten die voor zulk advies of zulke instructies komen. Deze afhankelijkheid tussen studenten en het centrum is dus wederzijds. Dat er alleen sprake kan zijn van een klooster als er monikken wonen de studenten van een Dharma centrum zoals dit, het centrum en alleen sprake kan zijn van een school als er leerlingen komen weet ik uit eigen ervaring.

Voor alle mensen die belangstelling hebben in de boeddhistische leer als een methode waarmee men inzicht kan verwerven in zichzelf en de omgeving, is het belangrijk dat dit centrum kan blijven voortbestaan. Daartoe moet er onderricht worden gegeven dat aansluit op de behoeften en de wensen van studenten en er dienen een hoop studenten te zijn die van het centrum gebruik blijven maken.

In de Tibetaans boeddhistische traditie beschouwen de monikken hun klooster als hun thuis, een plaats waar ze thuis horen en waar ze altijd weer naar zullen terugkeren. Zo zou ik graag zien dat

zouden beschouwen als hun tweede thuis, als een plaats waar ze altijd zullen terugkeren.

Het is belangrijk dat alle medewerkers en studenten ook werkelijk meewerken aan het voortbestaan van het centrum. Het centrum is afhankelijk van de medewerking van jullie allen. Daarom hoop ik dat degenen die feitelijk verantwoordelijk zijn voor het reilen en zeilen bij het Maitreya Instituut op bestuursniveau, en degenen die vaste medewerkers zijn aan welk onderdeel dan ook, extra hun best willen doen dit een werkelijk thuis te maken voor alle mensen die hier regelmatig naar toe komen zodat het een gastvrij thuis wordt.

Mensen die zo hard blijven werken voor het centrum en de achterban van studenten of mensen die zich betrokken voelen bij dit centrum kunnen een meer actieve rol spelen in het reilen en zeilen van dit centrum. Bepaalde ideeën die je hebt kun je kenbaar maken; hetzij verbaal of schriftelijk. Er kan en mag ook geschreven worden naar mij, de Geshe. Dan zal ik zeker zorgen dat jullie gedachten of ideeën op de juiste plaats terechtkomen, zodat kan worden onderzocht of nagegaan of de ideeën levensvatbaar zijn en of ze een positieve bijdrage aan de ontwikkeling van het centrum betekenen.

Eén belangrijk aspect waar ik jullie aandacht op zou willen vestigen is dat we hier met zijn allen heel gewone mensen zijn en gewone mensen zullen heel gewone fouten maken. Dat hoort er bij. Het is een onderdeel van het mens zijn dat we dienen te accepteren. Ik ben niet iemand die met een beschuldigende vinger wijst naar oude werknemers en zegt "vroeger ging dat en dat slecht". Zoiets doe ik persé niet. Want hoewel er oude werknemers zijn die fouten gemaakt hebben, doen nieuwe werknemers dat ook en zullen nog nieuwere werknemers dat ook gaan doen.

Indien je een volkomen gladde organisatie zou willen waarin nooit enige frictie zou ontstaan; waar iedereen het altijd gloeiend met elkaar eens is, dan moet je een vereniging oprichten waarin uitsluitend boeddha's een plaats mogen innemen. In alle andere verenigingen en organisaties, (of dat nu Dharma- of andere centra zijn) zullen altijd moeilijkheden ontstaan. Dat is inherent aan ons gewone mensen. Daarbij wordt het, voor iedereen die in contact komt met zulke organisaties als dit centrum, belangrijk, onderscheid te maken tussen persoonlijke fouten en fouten van het centrum. Wanneer welke medewerker van dit centrum dan ook een fout maakt, is dat een fout van een persoon en niet een fout van het instituut.

Bijvoorbeeld als ik iets zou doen dat niet door de beugel kan dan zouden jullie zeggen "de Geshe heeft een fout gemaakt". Je zegt natuurlijk niet "het Maitreya Instituut schiet te kort". Wanneer we de tolerantie kunnen opbrengen, de verdraagzaamheid dat mensen fouten mogen maken, gaan we ons niet zo vastbijten wanneer we zien dat iemand ergens tekort schiet. Dan gaan we niet van een mug een olifant maken en voorkomen we tevens dat we zelf van het centrum afdrijven, dat we verder van het centrum verwijderd raken. Wanneer we verdraagzaam zijn kunnen we juist zeggen "goh, die maken ook fouten" en ons daardoor dichter bij het centrum voelen. Zo'n verdraagzame houding naar elkaar toe zal de harmonie en tolerantie zeker bevorderen. Verder is het natuurlijk belangrijk dat er een groot aantal studenten langdurig studeert. Iemand die zich regelmatig verdiept in de boeddhistische filosofie zal er een algemeen begrip van ontwikkelen. Wanneer er een grote meester komt, zoals af en toe grote meesters het Maitryea Instituut aandoen, zal datgene wat zij te vertellen hebben ook werkelijk doorkomen, het belandt in goed voorbereidde, vruchtbare aarde. Mensen die weinig voorstudie hebben verricht en alleen maar komen wanneer een grote meester

J.P. Kool

Eetzaal Maitreya Instituut

J.P. Kool

Hal Maitreya Instituut

het centrum bezoekt zullen niet zoveel aan het bezoek van een grote meester hebben. Ze zullen natuurlijk zijn zegeningen ontvangen, zijn golven van inspiratie, maar zullen het onderricht dat een grote meester geeft en dat zich noodzakelijk op een veel hogere niveau afspeelt, nauwelijks kunnen volgen. Wanneer we ons gedragen zoals grote groepen in de Tibetaanse lekengemeenschap en al tevreden zijn wanneer we met een vaas op ons hoofd worden aangeraakt denkend dat dat wel ons voortdurende geluk zal veroorzaken, zitten we er behoorlijk naast.
Pas wanneer we de zegeningen van de meesters kunnen koppelen aan inzicht dat gebaseerd is op kennis en overtuiging, zullen we er werkelijk wat mee opschieten en werkelijk vorderingen maken in onze geestelijke ontwikkeling. Waarschijnlijk zijn er ook in Europa mensen, net zo goed als onder de Tibetanen, die denken dat het allemaal wel goed komt wanneer je maar een beetje ergens in gelooft en een soort vage positieve instelling hebt, dat het niet nodig is je in te spannen en allerlei dingen te leren of te studeren.

Er wordt wel eens gezegd: "kijk maar naar die grote yogi's van welleer." Die gingen ook niet in een klooster of in een centrum cursussen volgen. Grote yogi's zoals Milarepa hebben jarenlang heel erg dicht bij een leraar gewoond en voortdurend begeleiding gehad en hebben in die zin ook enorm veel gestudeerd, anders waren zij nooit in één leven boeddha geworden. Datzelfde geldt voor de meester Drom Tonpa. Milarepa bijvoorbeeld die, dat weet ik zeker, was volledig op de hoogte van alle vijf grote werken die het studiemateriaal vormen voor de Geshe opleiding. Ik weet zeker dat Milarepa alles wist wat de Geshe's in de kloosters moeten kennen om na hun examens de Geshe titel te krijgen. Zou Milarepa één onderdeel van die 5 grote onderwerpen, die 5 grote teksten, niet gekend hebben dan was hij nooit boeddha geworden. Dus wat betreft het wel of niet studeren in een centrum denk ik, dat alleen voor die mensen die langdurig samenleven met een spirituele leraar, geldt dat ze niet meer naar een centrum hoeven. Immers, die hebben een eigen bron van kennis en informatie.

In feite wordt het de westerse mensen ook hier in Nederland tegenwoordig zo ontzettend gemakkelijk gemaakt. Je hoeft niet helemaal naar de hoge Himalayas te reizen om daar spirituele leraren te ontmoeten. Wehoeven ook niet meer allerlei moeilijke kunsten uit te halen om ergens in contact te komen met een leer dieonze belangstelling heeft. We kunnen veilig en comfortabel thuis blijven. Dat wil zeggen, we hebben vlak bij ons huis dit prachtige centrum dat, wanneer we dat willen, als een tweede thuis voor ons kan zijn en waar we op comfortabele wijze alle verschillende onderdelen van de boeddhistische leer kunnen bestuderen, kunnen ervaren, kunnen mediteren enz.

We hebben allemaal een bepaalde verantwoordelijkheid voor dit centrum en mijn verantwoordelijkheid bestaat daaruit dat ik de kennis die ik van de boeddhistische leer heb, deel met degenen die er belangstelling voor hebben. Het verschaffen van de noodzakelijke gunstige omstandigheden om die kennisoverdracht mogelijk te maken, blijft natuurlijk de verantwoordelijkheid van het bestuur. Daarbij spreek ik de hoop uit, dat het bestuur nauw zal samenwerken met de achterban, om altijd goed geïnformeerd te zijn over de behoeften van de achterban, om zodoende de studenten voortdurend bij het gebeuren te blijven betrekken. Ik denk dat het ook goed zou zijn wanneer degenen die een functie hebben in het bestuur of anderszins in het werkgebied van het centrum er aandacht aan besteden dat hun bijdrage voor de achterban duidelijk wordt. Zodat niemand meer iets onduidelijks zit te doen, maar dat ook aan andere mensen duidelijk wordt wat bepaalde personen precies doen, hoe ze het doen en waarom ze het zo doen. De achterban kan dan vertrouwen blijven stellen in de werkenden van het instituut. Een extra stukje voorlichting dus over wat je doet en waarom je het zo doet.

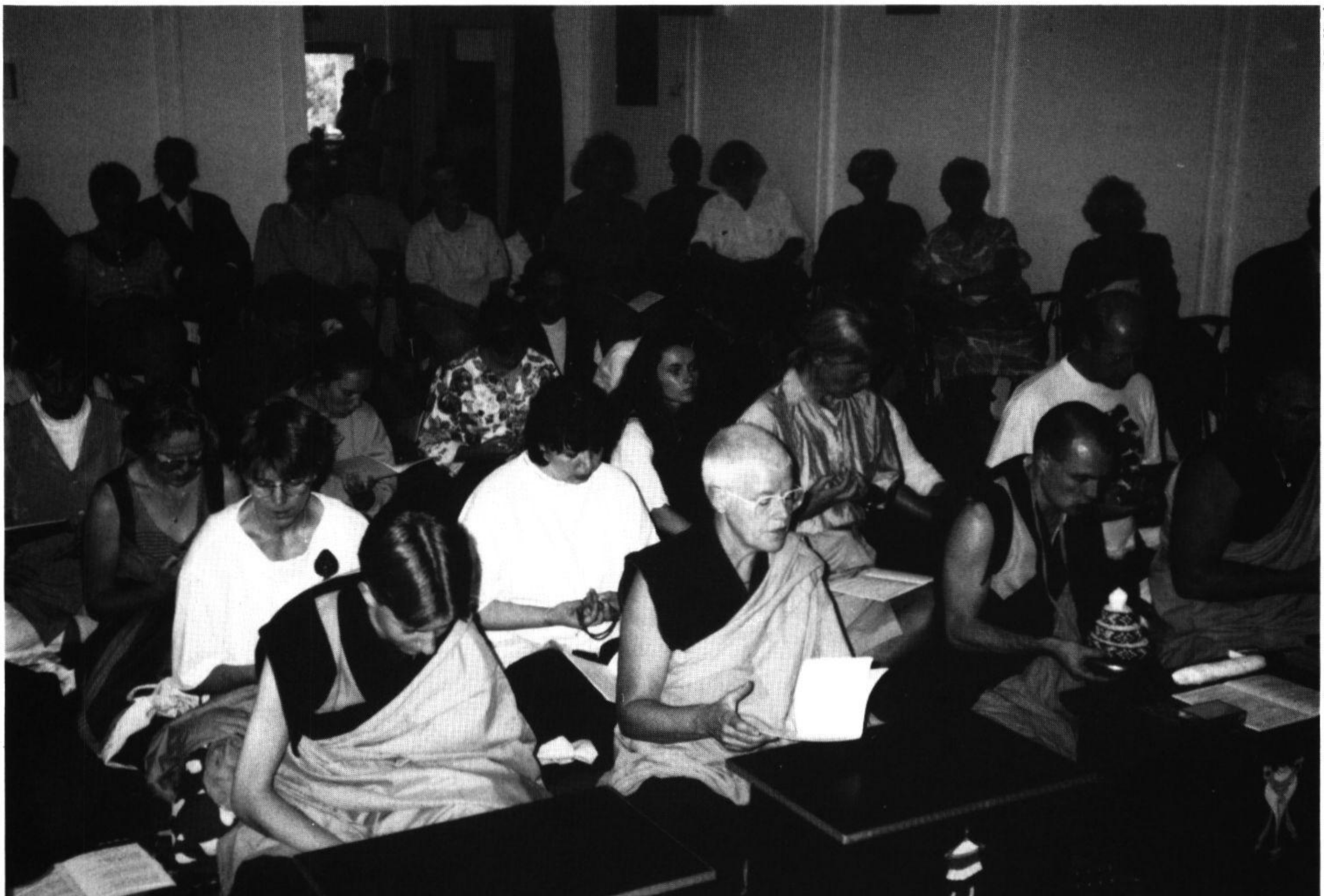
Ik wil jullie in ieder geval en ook anderen die hier vandaag niet aanwezig zijn verzoeken, om, wanneer jullie bepaalde ideeën hebben voor het welzijn, het goede ver-

loop, de toekomst van dit centrum, deze ideeën kenbaar te maken. Dit is ook het voornaamste doel van deze bijeenkomst vanmiddag.
Verder rest mij alleen degenen die zoveel lange jaren gewerkt hebben voor het instituut te bedanken voor al hun inzet en bijdragen. Ons doel is niet een politiek of een economisch doel. Ons doel is een spiritueel doel, het bijdragen aan het geluk van in ieder geval de mensen die belangstelling hebben. Dit doel is heilig. Dat wil zeggen dat elke stap, elke poging die in de richting van dit doel wordt gezet, enorm veel positieve energie veroorzaakt. Alle werkers die zoveel jaren lang aan het doel van dit centrum hebben bijgedragen, hebben enorm veel verdienste verzameld.
Op de eerste plaats wil ik Paula de Wijs-Koolkin bedanken. Paula was zoveel lange jaren niet alleen voorzitter van de stichting maar ook echt director van het centrum, in moeilijke en makkelijke tijden. Bedankt voor al je inspanningen gedurende zoveel lange jaren. Ook wil ik Jan-Paul Kool bedanken voor de vele jaren waarin hij als penningmeester gefunctioneerd heeft.

Vanwege de voorspoed brengende connectie wil ik niet alleen afscheid nemen van Paula als director, maar ook tegelijk de nieuwe director, April, officieel welkom heten. En natuurlijk onze nieuwe penningmeester Arjen Korevaar. Het getal drie is ook in het boeddhisme een heilig getal, een heel bijzonder getal, een voorspoed brengend getal en nu hebben we opeens drie nieuwe medewerkers; een nieuwe Geshe, een nieuwe director en een nieuwe penningmeester. Ondanks het feit dat dit allemaal goed is en voorspoed zal brengen, wil ik jullie toch verzoeken om jullie gebeden en jullie intentie dat hun werk werkelijk voor zoveel mogelijk wezens voorspoed moge brengen.

Laten we met zijn allen het Maitreya Instituut tot een fantastisch instituut maken dat iedereen zal kennen en dat een goede naam krijgt tot ver buiten de landsgrenzen. Dank u wel en tot ziens.

Vertaling: Hans van den Bogaert
Transcript: Kiki Go.


J.P. Kool

Gompa Maitreya Instituut

Drikung Klooster, Tibet

DE SLUITING VAN TACO; EEN PIONEER VERDWIJNT

Na 17 jaar heeft het Tibetan Affairs Coördination Office (TACO) besloten het kantoor te sluiten. Zoals ze in een brief die naar correspondenten en vrienden gestuurd werd schreven, kwam dit besluit niet als gevolg van onenigheid of andere problemen, maar "door een natuurlijke samenloop van omstandigeheden".
TACO was een echte pioneer in het werk voor een vrij Tibet en heeft veel gedaan onder andere om de bewustwording in 'Den Haag' en bij journalisten in Nederland over de Tibetaanse kwestie te vergroten. Taco had correspondenten over de hele wereld met wie informatie en nieuws uitgewisseld werd. In de loop der jaren werd er een enorm archief van boeken, tijdschriften, knipsels, foto's en video's omtrent Tibet en Tibetanen opgebouwd. Deze waardevolle stukken komen onder het beheer van de TSG-NL (Tibet Support Groep Nederland) die de verdere werkzaamheden van het TACO heeft overgenomen. De drie oprichters, Michiel van Walt, Ida van Gulik en Paula de Wijs, zullen via andere kanalen voor Tibet blijven werken, maar het TACO heeft nu definitief de deuren achter zich gesloten.

GROOT-BRITTANNIË VOERT DRUK OP BEIJING OP

Begin januari heeft de Britse regering Beijing duidelijk gemaakt dat de Chinese regering moet stoppen met het stellen van voorwaarden bij het voeren van onderhandelingen met de Dalai Lama. Deze verklaring vormt het begin van een reeks stappen die moeten leiden tot het opvoeren van de Britse druk op China vanwege het gevoerde Tibet-beleid.
Op 13 januari verklaarde Alastair Goodlad (Buitenlandse Zaken) in het parlement dat de Britse regering "een sterke voorkeur heeft voor het principe van overleg zonder voorwaarden". Volgens hem was dat een dag eerder ook aan de Chinese regering meegedeeld. Die dag waren twee leden van de Tibetaanse regering-in-ballingschap op het ministerie van Buitenlandse Zaken ontvangen. Het ging hier om het eerste officiële bezoek van een Tibetaanse delegatie aan Whitehall in twintig jaar.
De Britten leveren met de verklaring voor het eerst kritiek op de Chinese voorwaarden bij de onderhandelingen met de Dalai Lama en erkennen dat de Chinezen verantwoordelijk zijn voor de vertraging in het overleg.
De verklaring lijkt opgesteld naar aanleiding van een interview van de Dalai Lama met de Franse krant Le Monde op 28 december 1992. De Dalai Lama zegt in het artikel dat de onderhandelingen geblokkeerd worden door de Chinese voorwaarde dat hij Tibet moet erkennen als een onafscheidbaar deel van China. Hier kan hij onmogelijk aan toegeven, zo zegt de Dalai Lama in het artikel, "want niemand kan de geschiedenis veranderen".
Een woordvoerster van Whitehall verklaarde dat de Britse houding ten aanzien van het Chinese beleid niet gewijzigd is. Het zou hier gaan om een reactie op het ge-

wijzigde Chinese beleid. Tot voor kort bekritiseerde Groot-Brittannië alleen de Chinese schendingen van de mensenrechten in Tibet.

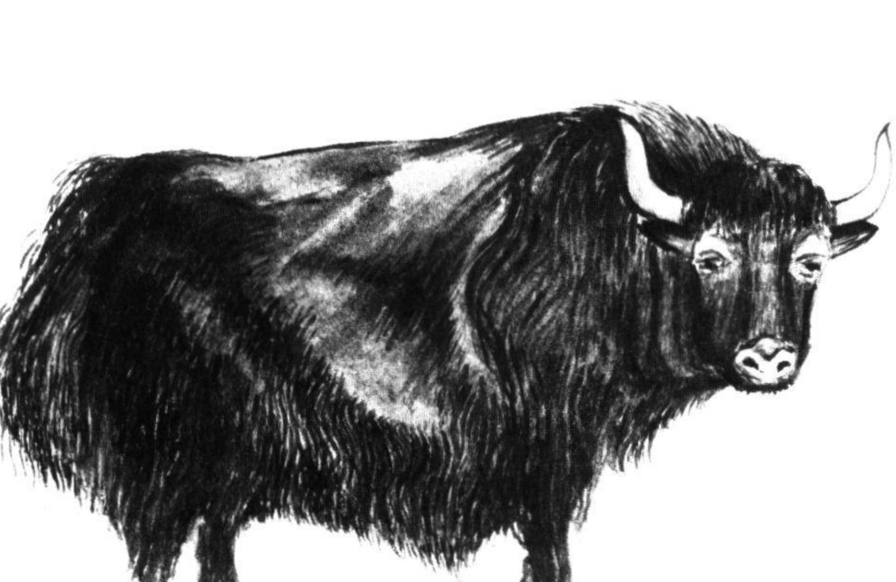
TORTURE IN CHINA

Afgelopen december bracht Amnesty International een rapport uit onder de titel 'Torture in China'. Marteling is de afgelopen tien jaar eerder toe dan afgenomen, verklaart Amnesty. De aanhoudende regeringscampagnes tegen misdaad en politieke tegenstand werken martelpraktijken in de hand.

Hoewel de Chinese wet martelen verbiedt en China het VN-verdrag tegen Foltering (United Nations Convention against Torture and Other Cruel, Inhuman or Degrading Treatment or Punishment) heeft ondertekend, wordt marteling nog steeds systematisch gebruikt als middel om bekentenissen af te dwingen. Het gebeurt maar zelden dat er een officieel onderzoek naar gevallen van marteling wordt ingesteld. Bovendien blijven diegenen die zich aan marteling schuldig hebben gemaakt maar al te vaak ongestraft.

Het is opvallend dat de situatie in Tibet uitgebreid aan de orde komt in het rapport, terwijl er afgelopen mei al een lijvig rapport over dit land uitkwam. Hieruit blijkt wel dat de mensenrechtenschendingen in Tibet door Amnesty zeer serieus genomen worden.
Eén van de marteltechnieken die vooral in Tibet wordt toegepast is de zogenaamde 'vliegtuigpositie': een gevangene wordt uren en soms zelfs dagenlang aan de armen opgehangen, terwijl de handen achter de rug zijn vastgebonden.
Het rapport noemt een aantal maatregelen die marteling tegen zouden kunnen gaan. Een greep uit de lijst:

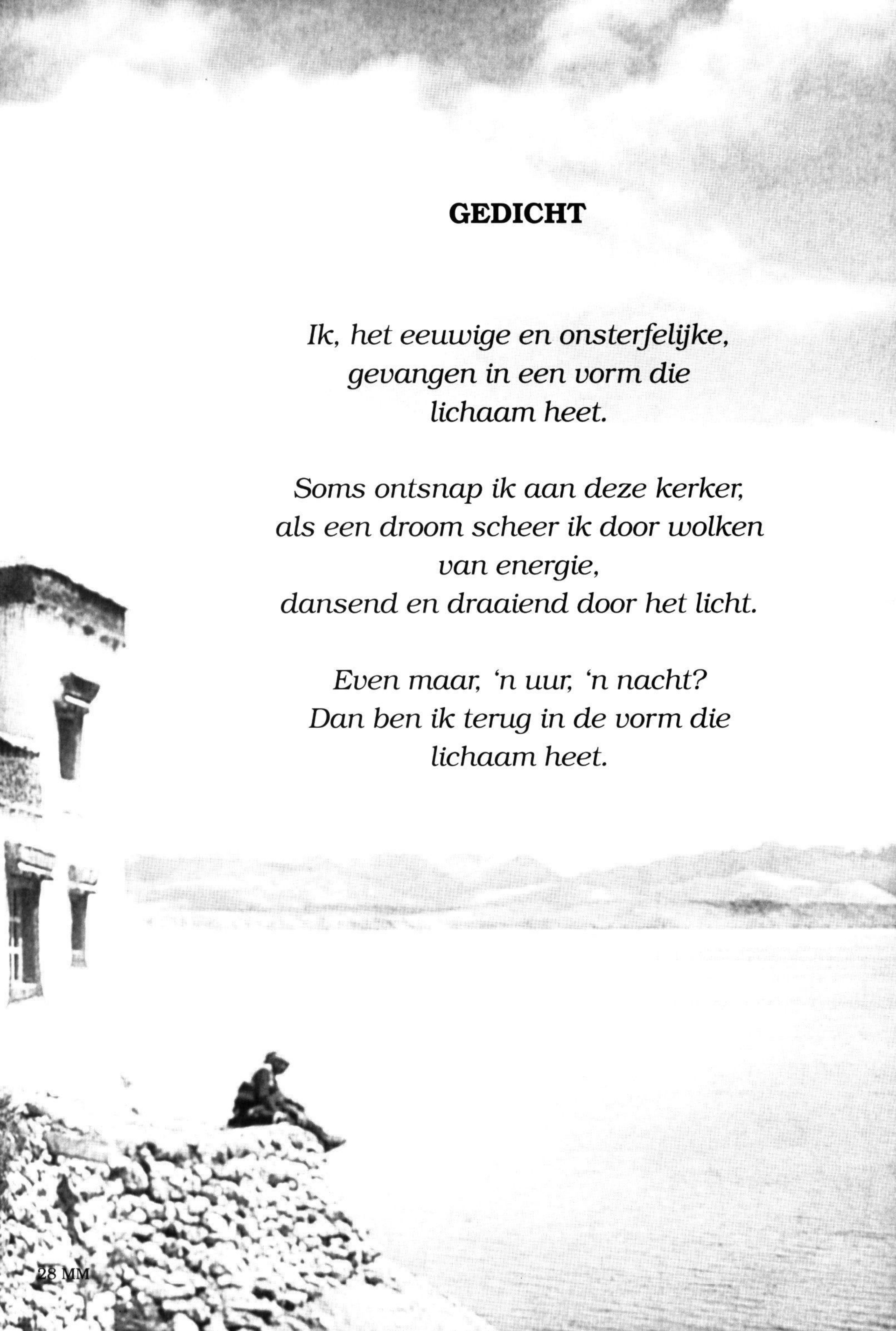
- bekentenissen zouden geen centrale plaats in het gerechtelijke proces moeten innemen;
- het gerechtelijk onderzoek en het toezicht op de gevangenisomstandigheden zouden onafhankelijk van elkaar moeten zijn. Dat is nu geenszins het geval.
- het systeem van zogenaamde 'celbazen', gevangenen die aangewezen worden om de orde onder hun medegevangenen te bewaren, zou moeten worden afgeschaft. Juist deze celbazen zijn vaak meedogenloos wreed;
- er zouden onafhankelijke onderzoeksinstanties moeten worden ingesteld om gevallen van marteling te onderzoeken zodat er een einde komt aan de systematische straffeloosheid onder politie- en gevangenispersoneel die zich schuldig hebben gemaakt aan marteling.



SLACHTING VAN BESCHERMDE YAKS

Ongeveer 100 wilde yaks zijn in juli in centraal Amdo door Hui- en Chinese stropers geslacht en openlijk verkocht in Xining. De koppen, die in Oost-Chinese steden voor 1600 yuan verkocht worden, werden in Xining voor 88 yuan per stuk te koop aangeboden. Een onderzoeksdelegatie van de International Campaign for Tibet bezocht in september Xining en nam interviews af over de jacht op de yaks. De delegatie vond in Amdo tevens veel huiden van sneeuwluipaarden, waaronder zich ook jonge dieren bevonden, die voor 30 tot 50 US-dollar in Chinese winkels te koop werden aangeboden.
Hoewel de wilde yak en andere bedreigde diersoorten officieel beschermd zijn, groeit de jacht. Er wordt zowel door Chinezen als door Tibetanen gestroopt. Veel staatsbedrijven zijn bij illegale transacties betrokken. Zo kocht het Economisch Planningscomité van Chengdu 890 kg tijgerbeenderen van ±70 tijgers. Een buitenlandse handelsorganisatie heeft 2000 ton wild geëxporteerd, waarvan een groot deel waarschijnlijk afkomstig is van het Tibetaanse plateau.
Het is overduidelijk dat de Wet ter Bescherming van het Wildleven, die in 1988 door het Ministerie van Bosbouw is ingesteld, niet functioneert.

Bron: Tibet Support Groep Nieuwsbrief nr. 17, febr. '93.



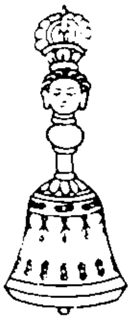
GEDICHT

Ik, het eeuwige en onsterfelijke,
gevangen in een vorm die
lichaam heet.

Soms ontsnap ik aan deze kerker,
als een droom scheer ik door wolken
van energie,
dansend en draaiend door het licht.

Even maar, 'n uur, 'n nacht?
Dan ben ik terug in de vorm die
lichaam heet.

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN



MAART T/M JUNI 1993

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

Maart

ma.	1	Wassende maan Tara Offerande
wo.	3	Offerande aan de Spirituele Meesters
ma.	8	Volle maan Tara Offerande
wo.	17	Offerande aan de Spirituele Meesters
wo.	31	Wassende maan Tara Offerande

April

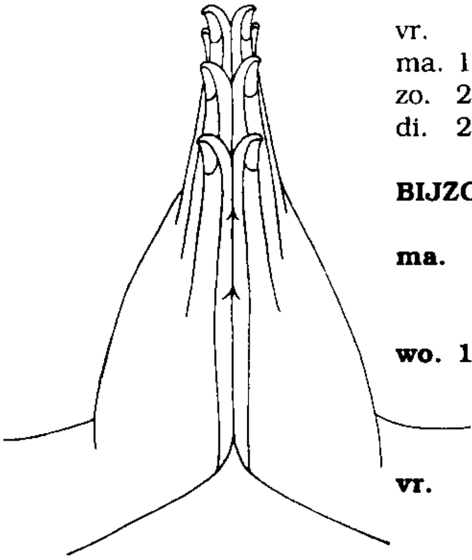
vr.	2	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	6	Volle maan Tara Offerande
vr.	16	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	29	Wassende maan Tara Offerande

Mei

za.	1	Offerande aan de Spirituele Meesters
do.	6	Volle maan Tara Offerande
do.	16	Offerande aan de Spirituele Meesters
za.	29	Wassende maan Tara Offerande
zo.	30	Offerande aan de Spirituele Meesters

Juni

vr.	4	Volle maan Tara Offerande
ma.	14	Offerande aan de Spirituele Meesters
zo.	27	Wassende maan Tara Offerande
di.	29	Offerande aan de Sprituele Meesters

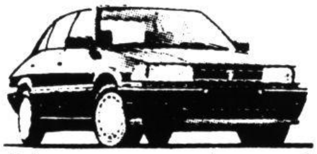


BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

ma. 8 maart	Herdenking van de wonderen van Boeddha Sakyamoenie.
wo. 10 maart	Herdenking van de opstand van de Tibetanen in Lhasa tegen de Chinese bezetters.
vr. 4 juni	Saka Dawa viering van geboorte, verlichting en herdenking van het paranirvana van Boeddha Sakyamoenie.

CURSUSINFORMATIE

Per bus no: 124 is het centrum in Emst te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een Chinees restaurant waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke cursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor *f* 5,-- per keer of zelf mee te nemen. **Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aan lid/abonnee van het Maitreya Magazine aangeboden. Indien uw financiële situtatie dit noodzakelijk maakt kunt u vooraf verzoeken om korting.



Per auto bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:
Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het Chinese restaurant. Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.
Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht naar Emst etc. zie hierboven.
Parkeren bij de hoofdingang voor cursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

LOCATIE
De cursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha. bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een cursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1993 en zich op het cursusterrein te houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

AANMELDING EN BETALING CURSUSGELDEN
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 10.00-13.00 en van 14.00-16.00 uur, elke dag behalve van zaterdag t/m maandag..
Uw reservering wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op girorekening 43.05.057 of bankrekening 65.85.11.548 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de cursusdatum.
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag onze folder.

PROGRAMMA T/M AUGUSTUS 1993

ELKE DONDERDAGAVOND IN EMST
van 1 april t/m 3 juni

Serie van 10 lezingen
INTRODUCTIE IN TIBETAANS BOEDDHISME.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.
KOSTEN:F 120,- of 12,50 per keer
AANVANG: Donderdagavonden om 19.30 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

LO RIG, boeddhistische psychologie
2 t/m 4 april
7 t/m 9 mei
4 t/m 6 juni
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.
KOSTEN:F 150,-
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

---

26 t/m 28 maart
Het waardevolle mensenleven als volmaakte basis voor innerlijke evolutie
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Een belangrijke stap in het proces van innerlijke evolutie is het beseffen van de eigen mogelijkheden. Het boeddhisme benadrukt de grote waarde van het mensenleven met vrijheden en rijkdommen. Dankzij dit mensenleven is het mogelijk oorzaken te creëren voor tijdelijk en uiteindelijk geluk. Het is niet toevallig dat we als mens zijn geboren, er liggen specifieke karmische oorzaken aan ten grondslag. De eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal in zijn uitleg van het waardevolle mensenleven aangeven hoe wij de essentie uit ons leven kunnen nemen, hetgeen ons leven aanzienlijk zal verrijken en tevens onze toekomst veilig kan stellen.

Dit cursusweekend is het tweede in het kader van het 3-jarig studieprogramma voor het onderdeel Lam Rim, maar staat als themaweekend open voor iedereen die belangstelling heeft voor de boeddhistische levensleer.

Tussen de lezingen door is er gelegenheid deel te nemen aan geleide meditatie.

KOSTEN: F 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 26 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

23 t/m 25 april
Sterven als deel van het leven.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert

Sterven wordt in het boeddhisme gezien als een natuurlijk proces, een belangrijke overstap naar het volgende leven.
Nu het westen zich buigt over vraagstukken zoals bijna-dood-ervaringen, kan de boeddhistische kennis over het stervensproces een nuttige bijdrage leveren in het verklaren van gevoelens, ervaringen en visioenen van de stervende mens.
Het mediteren over de eigen vergankelijkheid is niet enkel een nuttige voorbereiding om het onvermijdelijke te leren accepteren, maar wordt ook een middel waarmee we onszelf aansporen de nog resterende tijd van ons leven nuttig te gebruiken.
Geshe Sonam Gyaltsen zal de boeddhistische meditaties op het sterven en het stervensproces toelichten, waarna belangstellenden onder leiding meditatie-ervaring kunnen opdoen.

KOSTEN: F 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 23 april om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

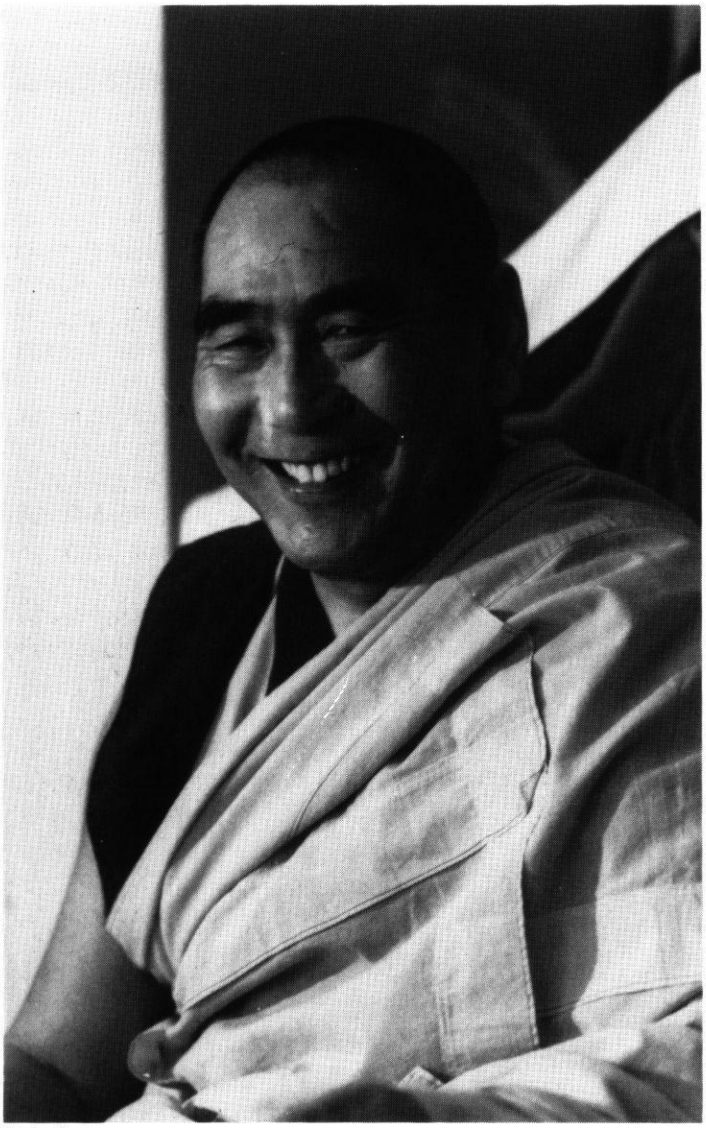
---

21 t/m 23 mei
Boeddha, zijn leer en de spirituele gemeenschap, een weekend over de kwaliteiten van de 3 Juwelen en toevlucht nemen.
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Een veilige richting geven aan het leven hoeft niet saai te zijn en is ook niet alleen maar voor 'watjes'. Het vergt juist moed en doorzettingsvermogen het eigen evolutieproces bewust te sturen. Geshe Sonam Gyaltsen zal toelichten wat de bijzonderheden zijn van Boeddha, Dharma en Sangha, niet alleen als referentie-objecten buiten ons, maar vooral ook als niveau van zuiver en ontwikkeld bewustzijn.
Binnen deze context van kwaliteiten wordt het toevlucht nemen een begrijpelijk en logisch proces, waarbij de aspirant in de voetsporen van de Boeddha treedt en zich bovendien openstelt voor de zegeningen en golven van inspiratie die de verlichte wezens onafgebroken uitzenden naar iedereen die op de golflengte 'vertouwen' afstemt.

Ook dit weekend wordt de uitleg door de Tibetaanse Lama weer afgewisseld door meditaties waarbij belangstellenden onder leiding kunnen oefenen en ervaring kunnen opdoen.

KOSTEN: F 150,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 21 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.



J.P. Kool

Geshe Sopa

11 t/m 18 juni
Emptiness and the wisdom of selflessness
Door: GESHE SOPA
Voertaal: Engels

De eerwaarde Geshe Lhundup Sopa is als professor in Tibetan Buddhist Studies al jarenlang verbonden aan de universiteit van Wisconsin. Hij werkt veel samen met de bekende Amerikaanse vertaler Jeffrey Hopkins en werkte mee aan verschillende boeken over de filosofische scholen en over het moeilijke begrip wijsheid van zelfloosheid of 'leegte'.
Wij hebben Geshela verzocht over zelfloosheid te spreken aan de hand van de zevenpunten analyse van Chandrakirti.
Geshe Sopa spreekt goed Engels en zal direct in het Engels lesgeven.

KOSTEN: F 395,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 11 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

2 t/m 16 juli
Lam Rim Meditatie Cursus
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Tijdens deze jaarlijkse zomercursus wordt een overzicht gepresenteerd van alle stadia van innerlijke ontwikkeling volgens de boeddhistische leer, vanaf het eerste positieve denken tot het hoogste niveau van evolutie, de verlichting, het boeddhaschap.
Onze vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen zal alle belangrijke grondbeginselen van de boeddhistische leer uiteenzetten en aan de moderne mens relateren, zodat een goed overzicht ontstaat van theorie en praktijk van deze bevrijdingsleer.

De Lam Rim Meditatiecursus vormt al jarenlang het hart en de kern van alle programma onderdelen die door het Maitreya Instituut worden georganiseerd. De lezingen door de Tibetaanse Lama, die de ononderbroken overlevering overdraagt, worden afgewisseld door geleide meditaties, zodat onder deskundige leiding zowel kennis als ervaring kan worden opgedaan.

De cursus is bij uitstek geschikt voor mensen die in korte tijd zoveel mogelijk over het boeddhisme willen leren op een geordende wijze, zodat het de leer als geheel overzichtelijk blijft.
Voor ervaren boeddhisten verschaft de retraite sfeer ieder jaar weer een gewaardeerde gelegenheid tot verdieping van beleving en ervaring.

KOSTEN: F 750,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 2 juli om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

6 t/m 8 augustus
Tekenweekend
Onderwerp: De mandala van Chenrezig (Avalokiteshvara)
Door: ANDY WEBER
Voertaal: Engels.

In een intensief weekend zal Andy Weber ons inleiden in de kunst van de Tibetaans boeddhistische iconografie. Dit jaar is het uitgangspunt voor de presentatie van de symboliek van de meditatieboeddha's en hun lichtpaleis de mandala van Chenrezig, de boeddha van mededogen. Andy zal voor zijn toelichting gebruik maken van een diashow.

KOSTEN: F 180,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 6 augustus om 20.00 uur
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

6 t/m 15 augustus
Jaarlijkse tekencursus
Onderwerp: De mandala van Chenrezig (Avalokiteshvara)
Door: ANDY WEBER
Voertaal: Engels.

Beginnend met het intensieve introductieweekend over de mandala van Chenrezig wordt de cursus maandag voortgezet op een practische basis. Deelnemers zullen leren een grit op te zetten van de afbeelding van Chenrezig en die volgens de traditie in te vullen. Bovendien zal informatie worden gegeven omtrent de oorsprong en verscheidenheid van symbolen die in de thanka schilderkunst worden gebruikt.

KOSTEN: F 595,- (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 6 augustus om 20.00 uur
AANMELDING: Telefonisch: 05787-1450.

J.P. Kool

Andy Weber

LANG LEVEN OFFERANDE'S

Teneinde onze connectie met onze inspirerende spirituele leiders voor de toekomst te waarborgen, doet het Maitreya Instituut mee aan jaarlijkse gebedsdiensten voor een lang leven van Z.H. de Dalai Lama, Lama Zopa Rinpochee en Lama Tenzin Osel Rinpochee. Deze offerande's worden georganiseerd door de FPMT, de Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition. Het afgelopen jaar werd Z.H. de Dalai Lama een lang-leven-offerande aangeboden te Varanasi. Lama Zopa Rinpochee en Osel Rinpochee werd een lang-leven-offerande aangeboden te Melbourne. We danken ieder van u die aan de offerande's heeft bijgedragen en stellen u opnieuw in de gelegenheid uw bijdrage aan dit speciale doel voor 1993 te doneren op onze bank of postgirorekening ***onder vermelding van: l.l.o. Z.H. de Dalai Lama en/of L.Z.R. en/of L.O.R.***

SANGHA FONDS VOOR MONNIKEN EN NONNEN

De monniken- en nonnen Sangha vervult in het boeddhisme een belangrijke rol in de overdracht en verinnerlijking van de Boeddha Dharma. Voor het verschaffen van benodigdheden aan deze mensen die al hun tijd en energie aan studie en beoefening wijden is een speciaal fonds opgericht, waaraan het Maitreya Instituut jaarlijks minimaal $ 240,- overboekt en waaraan ook u financieel steun kunt geven. Uit dit Sangha Fonds worden uitsluitend monniken en nonnen ondersteund die aangesloten zijn bij de FPMT. ***Vermeld bij donaties voor dit doel: Sangha Fonds.***

VRIJWILLIGERS GEVRAAGD TUINWEEK

30 april tot 6 mei
houden wij een tuinweek
in het Maitreya Instituut.
Wij zoeken zowel mensen voor tuinwerk
als een vrijwilliger die wil zorgen
voor voeding van de tuinwerkers.

LEZINGEN IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN MET NEDERLANDSE VERTALING AANVANG 19.30 UUR en TOEGANG F 10,-

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam,
Prinsengracht 200.
LO DJONG, gedachtentraining.
Serie van 6 lezingen op de woensdagavonden:
20 januari,
24 februari,
24 maart,
21 april,
19 mei,
23 juni.

EMMEN: Maitreya Studiegroep Emmen,
Openbare Bibliotheek,
Noorderplein 101.
LAM RIM, overzicht van de stadia van de weg naar de verlichting.
Serie van 4 lezingen op de woensdagavonden:
3 februari,
17 maart,
5 mei,
30 juni.

ZWOLLE: Centrum Tara,
Steenstraat 5-7.
Serie van 4 lezingen op de woensdagavonden.
10 maart: DOOD, BARDO, WEDERGEBOORTE.
14 april: DE VIER EDELE WAARHEDEN,
26 mei: DE 12 SCHAKELS.
16 juni: DE VERLICHTINGSGEEST.

EINDHOVEN: Aquamarijn,
Stratumsedijk 57.
TIBET EN TANTRA, Lezingen, discussie, meditatie.
Zondag 21 maart.
Aanvang 10.00 uur.
Toegang: tel.info. 040-122593.

HARDERWIJK: Helios, in De Kiekure,
Tesselschadelaan 1.
INTRODUCTIE IN TIBETAANS BOEDDHISME,
Woensdagavond 7 april aanvang 20.00 uur.
Toegang f 7,50.

TILBURG: De Stroom,
Poststraat 7 A (in de poort).
KARMA, de wet van oorzaak en gevolg.
Op woensdagavond:
28 april.

PROGRAMMA VAN Z.H. DE DALAI LAMA

LONDON
8-11 MAY 1993
THE POWER OF COMPASSION
Venue: The Grand Hall, Wembley Conference Centre, Empire Way, Wembley.
Booking forms available at the Maitreya Instituut, Emst.

TOULOUSE
9-14 NOVEMBER 1993
THE PERFECTION OF WISDOM
(9th chapter of the Bodhicharyavatara)
Institut Vajra Yogini
Info: Maitreya Instituut, Emst.

EUROPEAN SUMMER LAMRIM COURSE

"THE ORAL TRANSMISSION FROM MANJUSHRI"
August 3-18 1993
Instituto Lama Tsongkhapa
56040 POMAIA (PISA) ITALY
by
ven. Geshe Lhundup Sopa
Geshe Sopa will teach this course in English

Rectificatie: Het transcript over de Vier Edele Waarheden van Geshe Sonam Gyaltsen het vorige nummer was niet gemaakt door Koosje van der Kolk maar door Jan en Ingrid Klauwers.

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
maart, april, mei 1993

VERSCHIJNING
Tenminste 1x per kwartaal

UITGAVE
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450
Fax: 05787-1851

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Getsulma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Jan-Paul Kool

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn

ILLUSTRATIES
Andy Weber, Nico van Beek, Karma Meunlam e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Stichting Maitreya Instituut 1992c.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland
Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, cursusgeld, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.85.11.548. t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

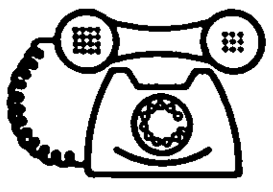
VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

STICHTINGSBESTUUR
Voorzitter:
April Elzenga

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Gelong Marcel Bertels



TELEFOON 05787-1450
FAX 05787-1851

Het kantoor van het instituut is disdag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 10.00-12.00 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Van zaterdag t/m maandag gesloten.

DOELSTELLING
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1993 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2x per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4x per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) **en 10% korting** op **alle cursussen** in het Maitreya Instituut behalve het driejarig studieprogramma. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

DONATEURS
Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1993 & FPMT-LID 1993**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2x het Engelstalige blad Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe en zijn vertaler is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie, en ontvangen 10% korting op cursussen gegeven door Geshela behalve het driejarig studieprogramma. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.85.11.548 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT
Arya Tara
Geschilderd door: Alex van Baar.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.
Het centrum is van zaterdag t/m maandag gesloten.

DOOR DE GOEDHEID VAN DE SPIRITUELE LERAAR BEN IK IN KONTAKT GEKOMEN MET DE LEER VAN DE ONOVERTROFFEN BOEDDHA. DAAROM WIJDT IK DE POSITIEVE ENERGIE TOE, ZODAT ALLE WEZENS ZONDER UITZONDERING EEN ZUIVERE SPIRITUELE LERAAR MOGEN ONTMOETEN. DOOR DE GOEDHEID VAN DE SPIRITUELE LERAAR BEN IK IN KONTAKT GEKOMEN MET DE LEER VAN DE ONOVERTROFFEN BOEDDHA. DAAROM WIJD IK DE POSITIEVE ENERGIE TOE, ZODAT ALLE WEZENS ZONDER UITZONDERING EEN ZUIVERE SPIRITUELE LERAAR MOGEN ONTMOETEN.